



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DELL'INSUBRIA

DOTTORATO DI RICERCA

In

MEDICINA CLINICA E SPERIMENTALE E

MEDICAL HUMANITIES

Sociologia e simbolismo delle psicopatologie

L'ALTRO

Uno studio sull'individuazione femminile

Relatore:

Chiar.mo Prof. CLAUDIO BONVECCHIO

Tesi di laurea di:

LAURA RIVOLTA

Matricola 707995

Anno accademico 2015/2016

Indice

Prefazione	4
Introduzione	7
CAPITOLO I – Il processo d’individuazione	16
1.1 Cos’è l’individuazione	16
1.2 Intraprendere il processo di Individuazione	21
1.3 L’importanza della solitudine e del silenzio	26
1.4 La figura del maestro	31
1.5 Ritorno alla vita semplice nella società contemporanea	35
CAPITOLO II – L’Oriente. Una guida al recupero dello Spirito	38
2.1 Spiritualità orientale e psicologia del profondo	38
2.2 Il ponte verso l’Oriente	43
2.3 Lo yoga e l’ <i>unio mystica</i>	47
2.4 Psiche e materia: studi sull’alchimia di M. L. von Franz	54
CAPITOLO III – L’incontro con l’altro: l’Animus	60
3.1 La donna nell’ombra dell’uomo	60
3.2 Stadi psicologici dello sviluppo femminile secondo l’analisi di E. Neumann	66
3.3 Psiche e Amore: un mito moderno	73
3.3.1 La trama	73
3.3.2 L’analisi	76
3.4 La sfuggevolezza dell’Animus	85
Conclusione	93
Bibliografia	99

PREFAZIONE

Un'idea nasce e prende forma quando lasciamo che il nostro *daimon* agisca in noi. Così è possibile parafrasare il pensiero che James Hillman sostiene ne “*Il codice dell'anima*” ed è a partire da questo che è nata l'idea della mia ricerca: iniziata durante gli anni della Magistrale in scienze della Comunicazione e protratta per tutto il corso del Dottorato di ricerca.

Ritengo, con nomi autorevoli ben più noti del mio, che ogni approccio verso lo studio della psicologia necessiti inevitabilmente di un confronto costante con la propria persona. Non può esistere un *daimon* comune a tutti gli individui, per questo non penso probabile una conoscenza profonda dell'altro se non attraverso l'incontro con se stessi.

Il mito platonico di Er narra che ciascun essere possiede un'anima, cui dà il nome di *daimon*. Prima di incarnarsi e venire alla vita, l'anima compie un lungo peregrinare al fine di conoscere ciò che sarà in sua sorte una volta inserita nel mondo. L'ultimo compito cui deve adempiere è l'attraversamento di un fiume, lo Stige, il quale cancellerà ogni ricordo della conoscenza acquisita durante il suo viaggio. Questa è la ragione per cui ciascuno di noi nasce privo della consapevolezza del proprio viaggio e soltanto le esperienze della vita potranno insegnarci ad aprire la porta della nostra profondità.

Inevitabile è mettere in luce che la psicologia non è solo un affare per medici e psicologi: chiunque può avvicinarsi ad essa, soltanto ascoltando quelli che sono i suoi reali desideri e sogni, prescindendo dall'impostazione generica e universalistica della società. In questo caso, la selezione di chi sia in grado o no di intraprendere tale percorso dipende da noi stessi. È, tuttavia una faccenda complicata. Intrappolati come siamo all'interno della rete culturale e sociale in cui siamo inseriti, dare inizio all'indagine di sé significa sottrarsi da questo garbuglio per osservarlo con l'occhio di un'aquila. Ma non solo: significa poi farvi ritorno, rivolgendo questa volta l'attenzione su noi stessi, restando pur sempre all'interno del mondo.

Uno degli obiettivi di questo studio si propone di far comprendere come sia necessaria l'indagine psicologica, soprattutto in un'epoca in cui l'unico vacuo principio esistente sia quello del denaro. Affermando questo, non intendo oppormi ad un sistema economico, la cui conoscenza è questione per pochi, e la cui creazione ancora più elitaria - e per il quale, peraltro, non sento alcuna attrazione intellettuale. Vorrei piuttosto portare l'attenzione sulla vuotezza di tale sistema. Il proposito, dunque, è quello di mostrare il lato nascosto, o per dirla con termini junghiani, l'Ombra, presente nella società, la quale rende impercettibile la nostra profonda sensibilità.

Il problema dei nostri tempi non riguarda l'entrare nel merito della correttezza o meno delle politiche mondiali: questo ritengo sia già stato compreso attraverso l'esito delle tragedie di guerra del secolo scorso e dei continui episodi terroristici contemporanei. Credo, piuttosto, che il nostro compito oggi sia

quello di comprendere come procedere per evitare che ulteriori disastri possano accadere. Specifico, quindi, che la trattazione non avrà alcun carattere politico, in senso stretto; tuttavia vi saranno riferimenti al concetto di massa, società, individuo, analizzati da un punto di vista psicologico e per certi versi spirituale.

Jung afferma che la società è lo specchio dell'individuo e con questo tutti i moti sociali non sono altro che voci inascoltate e talvolta inespresse dall'inconscio del singolo. Rifletto sull'estraniamento collettivo che possiamo constatare osservando la popolazione di una qualunque città, dove i rapporti umani si riducono a contatti superficiali e comprendo che, infondo, questo è lo stesso atteggiamento che nutriamo nei confronti di noi stessi. Non siamo in grado di ascoltarci, dubitiamo del nostro istinto, che spesso si riversa su di noi attraverso malattie psicosomatiche, agiamo nevroticamente come pedine che debbano vincere una partita e il premio in palio sia maggiore ricchezza, più beni futili e inutili a colmare quel senso di vuoto che percepiamo quotidianamente.

Fortunatamente non sono nato in una grande città: provengo da un paese di campagna che si è ampliato nel corso degli ultimi vent'anni e che ha potuto offrirmi alcune lezioni sulla comunità e sulla natura. Così, mossa dalla ricerca di una dimensione più quieta e decisamente meno cementizzata e in tendenza opposta rispetto a molti coetanei e giovani in genere, ho deciso di trasferirmi in un paese di montagna, ai piedi del Monte Rosa, dove poter sperimentare ciò che il mio studio mi ha insegnato.

Prima di questa scelta sapevo poco della montagna; non ho mai avuto la fortuna di incontrare i suoi sentieri e poterli percorrere. La conoscevo per gli sport invernali e non immaginavo che sotto la coltre di neve potesse nascondersi un maestro dalla saggezza antica, e dalla forza di millenni di esistenza.

La vita nei monti restituisce l'autenticità al nostro essere per alcune semplici ragioni: innanzitutto la distanza dai centri abitati, nei quali la pubblicità sembra travolgerci e renderci automi incapaci di stabilire cosa sia strettamente necessario alla nostra esistenza; in secondo luogo il clima, che, in un certo senso, costringe a proteggersi con indumenti adatti e funzionali, piuttosto che alla moda; e *last but not least*, il silenzio: una condizione impercettibile in qualunque centro urbano. Il silenzio della montagna non è mancanza di suoni: è assenza di rumori. L'orecchio attento e profondo sa percepire questi suoni anche nel contesto cittadino, ma con maggiore difficoltà. Nei monti è la natura a dettare il ritmo, con il cantare degli uccelli in primavera, il ronzio degli insetti, il frusciare delle foglie e infine ad offrire l'incanto della neve, che, unica, sa farci fermare ad osservare la sua danza dal davanzale della finestra. Una sorta di meditazione, durante la quale la nostra profondità si risveglia, abbandonando i pensieri superficiali e regalandoci l'estasi della bellezza.

Il mondo orientale, profondo conoscitore dell'arte meditativa, può offrire riflessioni interessanti per l'intelletto occidentale, o quantomeno, renderlo capace di rallentare e soffermarsi su aspetti spesso trascurati. Ma credo profondamente che abbracciare un intero atteggiamento filosofico, per altro lontanissimo dal nostro, non sia la soluzione per la conoscenza di sé. Un atteggiamento simile avrebbe

i classici tratti della New Age. Ritengo, piuttosto, che avvicinarci a questo pensiero possa essere d'aiuto a ritrovare la spiritualità tradizionale tipica del nostro contesto sociale.

Il primo grande interrogativo che la tradizione orientale ci pone è: "chi sono?", quesito cui l'Occidente risponde attraverso la scienza: la medicina, per esempio; oppure attraverso la politica, delegando il nostro potere personale ad un'assemblea di eletti che fanno scelte sulla base di una maggioranza omologata. Ma chi siamo nel profondo, questo fatichiamo a domandarcelo, perché significherebbe rallentare, fermarsi, osservarsi e questo, la frenesia con cui conviviamo, non ce lo consente.

Quando, per una serie di ragioni personali, legate forse alla mia natura o alla mia sensibilità, ho iniziato a chiedermi chi fossi, ho compreso che avevo l'esigenza di sottrarmi da un sistema troppo rumoroso per le mie esigenze. Perciò, inizialmente per brevi periodi e in seguito sempre più a lungo e con più frequenza, ho iniziato a inoltrarmi lungo i sentieri montani, ascoltando il silenzio e osservando i miei pensieri. Devo ammettere che la velocità con cui si muove la nostra mente è incredibile: i pensieri galoppiano come cavalli imbizzarriti, si susseguono senza una logica, saltano rapidi dall'interiorità all'esteriorità e sono capaci di alterare il nostro umore. L'unico modo per fermare questi moti, ho scoperto grazie allo studio dello yoga, è di lasciarli fluire come un fiume carico d'acqua. Opporvisi, sarebbe come creare una diga nel luogo di maggior potenza del fluido.

Ho capito che le montagne, per una ragione pressoché inspiegabile, sono i più grandi uditori dei nostri pensieri e, per un motivo altrettanto insondabile, hanno la capacità di assorbirli e quasi eliminarli dalla nostra mente. Ogni volta che faccio ritorno dopo una lunga passeggiata penso: "Anche questa volta ho lasciato i miei segreti alla montagna!". Li abbandono lì, per non andare a cercarli più: aleggianti nell'aria, sfumano lasciando solo ciò che c'era da imparare.

Ad un tratto ho capito che la spinta a fermarmi in questi luoghi era più forte delle esigenze mondane e così da due anni ormai, vivo immersa nella natura, disintossicata da dinamiche assordanti e di poco conto.

Questo posto non è sperduto, si tratta piuttosto di una meta turistica ambita ed è abitato da persone assolutamente normali, che conducono ancora però la loro vita in modo semplice. È grazie ai loro insegnamenti che ho scoperto non essere affatto complicato rallentare, pur garantendosi un vivere dignitoso. Così, continuo la mia permanenza come ospite di una natura incantevole e ispiratrice, il cui ritmo è divenuto anche il mio e lo stesso anche di questo studio della psiche che ha visto enormi evoluzioni e cambiamenti, spesso addirittura, bruschi cambi di rotta, per condurmi alla scrittura di una tesi non necessariamente innovativa, ma, quanto meno, differente dal pensiero collettivo dell'epoca in cui viviamo.

Mi auguro possa rivelarsi curiosa e stimolante per tutti coloro che come me, hanno scelto o sono attratti dall'interiorità, al fine di trovare quelle risposte che la cultura attuale ritiene sciocche e inutili, poiché impegnative.

INTRODUZIONE

“Sorprendentemente il mondo della scienza non ha ancora recepito in misura adeguata gli apporti della psicologia del profondo e, in particolare, della psicologia di Jung. Tuttavia il punto di partenza psicologico di queste discipline emerge sempre più, e si comincia a vedere chiaramente che l’anima umana è la sorgente di tutti i fenomeni culturali e religiosi. Perciò non è più possibile sottrarsi al confronto con la moderna psicologia del profondo.”¹

E. Neumann, Storia delle origini della coscienza

È stata lunga e tortuosa la strada che ha condotto alla scelta di sviluppare una tesi che non trattasse un argomento monografico - che non fosse peraltro già stato affrontato da nomi autorevoli - senza scadere nella ripetizione e nella rielaborazione di concetti ormai noti.

Per questa ragione, ho scelto di proseguire nello straordinario lavoro che Erich Neumann² ha lasciato come patrimonio culturale e psicologico. Egli, a fronte delle sue conoscenze nell’ambito della psicologia e della mitologia, ha dato origine a un’opera fondamentale per tutti coloro che si avvicinino alla psicologia analitica e alle scienze sociali. La sua *Storia delle origini della coscienza* è un testo eccezionale, che offre spunti di riflessione in svariate direzioni, del quale non è possibile fare a meno se si desidera comprendere lo sviluppo dell’uomo dalle sue origini fino ad oggi.

Se da un lato tale testo è stato di fondamentale importanza per comprendere l’approccio di Neumann alla psicologia del profondo, è con *La psicologia del femminile* che è nata l’idea di proseguire lo studio di un ambito che, oggi più che mai, necessita di essere sviscerato e compreso al fine di proporre nuovi orizzonti sia in campo psicanalitico, sia per il processo evolutivo dell’Occidente.

¹ E. Neumann, *op. cit.*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, p.14

² Erich Neumann, nato a Berlino nel 1905, si è laureato in filosofia nel 1927, poi in medicina nel 1933. Ha studiato con C. G. Jung dal 1934 al 1936. Dal 1934 ha trasferito definitivamente la sua residenza a Tel Aviv, dove è stato presidente della Associazione Israeliana degli Psicologi Analisti e dove è morto il 5 novembre 1960.

L'interesse nei confronti della donna è un dato curioso nella storia degli ultimi cinquant'anni. Molti sono stati i cambiamenti avvenuti nella società: dall'introduzione del suffragio universale, alla rivoluzione femminista; dal sempre crescente numero di donne nel mondo del lavoro, alle leggi a favore di un potere decisionale sempre più forte, quali la libera vendita di anticoncezionali e l'interruzione volontaria di gravidanza. Tutti fenomeni degni di nota in un mondo che fin dalle sue origini ha limitato lo spazio della donna nell'ambito del focolare.

Inoltre, proprio negli ultimi anni, un ritorno dell'interesse nei confronti di Neumann ha dato avvio a una serie di studi psicologici tutti al femminile, che dimostrano l'esigenza di manifestare un punto di vista altrettanto importante, quanto quello maschile. Tale curiosità è stata trasferita anche nell'ambito artistico, con il progetto della mostra sulla Grande Madre, tenutasi a Milano dall'agosto al novembre 2015. Altra tematica questa affrontata da Neumann nel suo celebre testo *La Grande Madre*, dal quale è stato preso spunto per la realizzazione dell'installazione artistica. In quel progetto è stata trasferita nell'ambito dell'arte l'idea che vorrei sviluppare in questa tesi: a partire dunque dalle basi della psicologia analitica e dello studio della mitologia, offrire un'analisi dei movimenti culturali femminili che hanno preso piede successivamente la morte dell'autore israeliano, per comprendere le ragioni profonde della crisi del nostro tempo, provocata, secondo Neumann dal «sistema di valori unilaterale e maschile-patriarcale della coscienza occidentale e (dal)la basilare ignoranza della differente psicologia femminile»³.

Indagare sull'evoluzione della donna equivale, per certi versi, a dare voce a una serie di aspetti della personalità che la coscienza maschile ha inabissato nelle profondità dell'inconscio, costringendosi a una visione unilaterale della propria esistenza. Se da un lato le peculiarità del maschile sono state sdoganate e rese esplicite nella storia dell'umanità, ciò che riguarda il femminile è sempre stato classificato come oscuro e in qualche modo negativo.

È evidente a chiunque che sia stato lo sviluppo del pensiero razionale a dare origine alla riflessione filosofica e a condurre l'uomo verso l'evoluzione scientifica e tecnologica che ci ha condotti fino alla contemporaneità; così come la forza e la capacità di adattamento hanno contribuito al progresso dell'individuo come noi oggi lo concepiamo. Tali caratteristiche sono, in linea di massima, la base della coscienza patriarcale e, dalle quali ha avuto origine l'idea che l'uomo sia in qualche modo superiore alla donna. Di conseguenza, tutti gli aspetti lunari, sentimentali, oscillatori e per certi versi magici del femminile, sono rimasti incompresi e talvolta schiacciati dall'uomo, dando così vita ad una visione unilaterale del mondo, che non tenesse conto dell'importanza di un altro punto di vista, profondamente legato all'essenza istintuale e naturale dell'individuo.

³ E. Neumann, *op. cit.*, p. 7

È necessario a questo punto fare una puntualizzazione: perché tale studio non sia contestabile è bene specificare il contesto culturale cui si fa riferimento. Tutte le riflessioni che qui saranno sviluppate nascono da un'analisi della società occidentale; se contestualizzate altrove non sarebbero corrette, poiché non terrebbero conto dei singoli sviluppi culturali delle civiltà estranee al tessuto culturale dell'Occidente. L'Oriente, per esempio, è soggetto a un'evoluzione completamente differente, in quanto basata sull'importanza dell'individuo in quanto tale, inserito in un macrocosmo regolato da leggi spirituali totalmente diverse rispetto a quelle dalle narrazioni religiose occidentali. In ogni caso, lo studio di un contesto culturale così lontano dal nostro è stato il motore della ricerca sul femminile. Il mondo orientale, infatti, fin dalle sue origini pone grande rilevanza alla questione degli opposti e in particolare all'importanza degli aspetti più profondi e istintuali, da sempre considerati patrimonio del femminile. In particolare, con la pratica dello yoga, massima espressione dell'unione di corpo e spirito – non già come mera attività sportiva – esso può fornire un punto di vista nuovo e una sorta di meta da raggiungere per l'uomo occidentale. L'importante però, è di non cadere nell'irrefrenabile desiderio di imitazione cui è soggetto l'europeo contemporaneo, poiché ciò impedirebbe l'interpretazione di quel modo di vivere. Si tratta così di una conoscenza che implichi una crescita personale e, in quanto tale, dev'essere intesa come un 'viaggio' dal quale fare ritorno, portando con sé maggiore consapevolezza e un atteggiamento spirituale rinnovato, senza dimenticare che il percorso dell'Occidente passa necessariamente dallo studio della psiche, prima di giungere ad una nuova forma di spiritualità.⁴

Non è un caso, infatti, che la psicologia abbia fatto la sua comparsa proprio nel mondo occidentale, in particolare nel momento di massima esplosione del razionalismo. Mi riferisco nello specifico alla tendenza al progresso che, con l'inizio del Novecento, ha introdotto la tecnologia nella quotidianità dell'individuo, consentendogli di toccare con mano l'evoluzione scientifica, rendendolo ad essa dipendente (Consumismo) e trascurando definitivamente gli aspetti religiosi della vita.

Lo studio della psiche trova la sua ragion d'essere in quanto indagine sugli aspetti più personali e profondi dell'individuo: nettamente in opposizione alla tendenza della società consumistica e di massa, la quale tende a livellare i bisogni e la personalità degli individui, massificandoli.

Appare sufficientemente chiaro come la psicologia affondi le sue radici nell'esigenza compensatoria individuale rispetto all'inclinazione sociale. Ed è proprio questa peculiarità che è indispensabile conoscere per comprendere a fondo le ragioni dello studio della psicologia femminile e in questo senso, lo studio del mondo orientale può rivelarsi un ottimo alleato.

⁴ Cfr. G. Gurisatti, *Il filosofo errante*, in H. Keyserling, *Diario di viaggio di un filosofo. L'India*, trad. it. Neri Pozza, 2002, pp. 9-22

Sostiene Jung e con lui i suoi successori, che la psiche sia suddivisa in una parte conscia e una inconscia e che l'inconscio, attraverso i sogni, metta a disposizione dell'individuo materiale ad egli sconosciuto. Nello specifico, laddove vi sia una predominanza della coscienza e, con essa, del procedere logico-razionale e morale, l'inconscio si manifesterà con contenuti incomprensibili e osceni, al fine di mantenere in equilibrio e in dialogo questi due mondi apparentemente lontani. Dunque, a partire da questa consapevolezza viene naturale comprendere che non siano affatto casuali i moti di ribellione del mondo femminile degli anni '50-'60-'70. Raggiunto infatti l'apice della coscienza patriarcale era inevitabile che ciò che fino a quel momento era stato relegato nelle profondità, riaffiorasse.

Per sviluppare tale analisi è stato necessario approfondire gli studi junghiani sulla psicologia, così da possedere il metodo d'indagine analitico, ma soprattutto è stato indispensabile conoscere buona parte delle discipline che Jung ha ritenuto fondamentali per la comprensione dell'individuo contemporaneo. Mi riferisco alla mitologia, alla storia delle religioni, alle filosofie orientali, allo gnosticismo e all'alchimia. Qui, dunque, non vi sarà alcuna documentazione diretta, se non l'osservazione di alcune tendenze sociali e individuali contemporanee.

Consapevole che occuparsi di analisi junghiana senza una vasta e diretta casistica a disposizione, sia come costruire un complesso sistema di contenitori destinati a rimanere vuoti, ritengo che il fascino dello studio di Jung stia nella grande capacità di creare un ponte tra i simboli e i comportamenti collettivi del singolo e i contenuti delle discipline sopracitate, riuscendo a risalire a un tessuto comune che dimostri un legame profondo e una conseguente interpretazione dei modi d'agire dell'uomo del nostro tempo.

Studiare la psiche e in particolare il femminile nella psicologia è un'esigenza certamente personale, ma necessaria al nostro tempo, per comprendere e interpretare le dinamiche contemporanee e soprattutto per provare a offrire un punto di vista più consapevole al singolo, privato oggi della propria individualità.

Afferma M-L.Von Franz, allieva di Jung e psicanalista: «Quando si studia un argomento che non si ama e su cui non si fa nessuna proiezione - con cui, cioè, non si ha alcun rapporto - lo si dimentica molto rapidamente, perché non è collegato con il flusso della nostra libido. Se invece l'argomento ci affascina, il che vuol dire che c'è stata una proiezione, allora ci si emoziona e s'impara facilmente, rapidamente e molto»⁵. Tale asserzione meriterebbe un ulteriore chiarimento, ma ci si accontenti di far proprio questo pensiero parafrasandolo con l'idea che sia l'Amore a stimolare la conoscenza. Lo studio della psicologia, dunque, non è questione per addetti ai lavori; esso consente una maggiore conoscenza di se stessi e allo stesso tempo

⁵ M. L. Von Franz, *Alchimia*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1984, p. 99

dell' 'altro', al fine di migliorare il proprio benessere e per una maggior consapevolezza di sé nel mondo.

A questo proposito, ritengo che la donna di oggi sia sicuramente più emancipata rispetto al periodo pre-femminista, ma credo altresì che ancora molta strada sia da fare e, per questa ragione occorre ricordare la necessità di analizzare le tappe che hanno caratterizzato tale evoluzione.

Insegna la psicologia del profondo che il vero cambiamento non avviene nel momento della ribellione dalle vecchie categorie, bensì quando si giunge ad essere consapevoli di ciò che è realmente cambiato. Solo in questo momento è stata deposta la passata identità ed è possibile costruirne una nuova. Immaginatoci di possedere una tavolozza di colori: siamo tutti d'accordo che tra il rosso e il giallo esista una totale differenza, ma tra questi colori intercorre un'enorme numero di sfumature. Il cambiamento è realmente avvenuto quando possiamo renderci conto di tutte le sfumature che sono state attraversate; prima di questo momento siamo solo trasportati dal fiume della vita.

Penso di poter affermare che la donna contemporanea sia ancora immersa in questo fiume, poiché, seppur consapevole della sua attuale emancipazione, non sia ancora in grado di comprendere cosa si sia realmente trasformato dentro di sé. Ci troviamo ancora su un piano meramente sociale, politico per certi versi, ma la consapevolezza di sé è tutta un'altra questione. In realtà, riflettendo con maggiore attenzione, potremmo affermare lo stesso per quanto riguarda l'identità maschile: a meno che non si sia interessati alla psicologia del profondo, raramente ci s'interroga su chi siamo realmente. Forse i religiosi e i mistici sono più portati a questo genere di riflessioni e certamente alcuni studiosi di psicologia, ma l'uomo della strada di rado si ferma ad osservare se stesso, troppo impegnato com'è nella sua quotidianità. Ma come fa notare magistralmente Neumann, lo sviluppo della coscienza patriarcale possiede dei tratti molto evidenti, di cui chiunque è consapevole e di cui ho accennato più sopra. Il femminile, invece, rimasto fino ad ora in ombra, non possiede ancora qualità attraverso le quali potersi affermare e, per dare mostra della propria emancipazione, ha dovuto appropriarsi dell'atteggiamento maschile razionale e prevaricatore. Ne sono un esempio tutte quelle donne che per la carriera lavorativa hanno rinunciato all'aspetto più profondo del loro essere, ossia la maternità. Con tale affermazione non è mia intenzione porre un giudizio di valore su una scelta che è e deve restare assolutamente libera, ma alla luce degli studi sull'evoluzione della psicologia femminile, credo sia utile approfondire questo comportamento, al fine di comprendere maggiormente quel parallelismo esistente tra lo sviluppo individuale dell'uomo e quello sociale. In un certo senso questo atteggiamento è simile al comportamento delle fanciulle in età adolescenziale – periodo

nel quale peraltro si sviluppa per la prima volta l'archetipo dell'Animus⁶, il quale agisce come motore del distacco dall'immagine materna avvolgente, fino a quel momento imitata. I primi moti di ribellione, il cambiamento esteriore, lo sviluppo di una personalità più consapevole sono tutti sintomi dell'esigenza dell'uscita dall'uovo materno per affrontare il mondo con le proprie forze. Spesso accade che in questo momento della vita, bambine dolcissime si trasformino in ragazze maschiline, competitive e sempre in contrasto con il proprio nucleo familiare. Anche le prime relazioni amorose possono dimostrare l'esigenza del distacco dall'abbraccio della madre: esattamente come nei rapporti adulti, anche in questa fase entra in azione ciò che Jung definisce 'proiezione', ossia quel tentativo inconscio di cercare nell'altro le caratteristiche che mancano a noi stessi. In questo modo ci s'identifica nel partner, ci si fonde. Ma se nell'età adulta è possibile rendersi conto che qualcosa di travolgente sta facendo cambiare il nostro modo di essere, poiché possediamo (più o meno) un'immagine di noi stessi, durante l'adolescenza il rapporto con l'«altro» è una scoperta e un modo per conoscere a far proprie alcune qualità che appaiono interessanti e affascinanti. Così accade che molte giovani s'identifichino, facendola propria, con una figura maschile, che dia loro coraggio e forza.

Tale sovrapposizione è paragonabile a ciò che vive, su di un piano collettivo, la donna contemporanea. Assumere le caratteristiche dell'uomo è un passaggio dunque necessario per il processo individuativo femminile ed è il primo grande momento di distacco da quell'immagine di madre buona che la cultura ha tramandato nei secoli. Da non sottovalutare, in questo senso, sono i retaggi religiosi tutt'ora presenti nella società: sarà facilmente in accordo il lettore che l'immagine del femminile nel cristianesimo non sia affatto quella di una donna indipendente, affermata e competitiva, bensì quella di una madre buona. Senza entrare troppo nel merito della questione religiosa, che sarà sviscerata nel corso della lettura, ritengo di poter affermare che non sia affatto un caso che la psicologia femminile si sia evoluta proprio in seguito alla nicciana 'morte di Dio'.⁷ Così, privata di un'immagine simbolica che dall'origine del cristianesimo è stata l'esempio a cui fare riferimento, la donna ha potuto mettere in atto il proprio cambiamento.

Come anticipato più sopra, la coscienza patriarcale ha costretto a una visione unilaterale del mondo che potremmo semplificare nell'ampio uso della ragione. Ciò ha condotto inevitabilmente all'abbandono della sfera spirituale. Le cause sono da ricercare a partire dalla

⁶ Per approfondimento sul concetto di Animus si veda la voce *Anima/Animus* in C. G. Jung, *Tipi psicologici*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2011, p. 450; E. Jung, *Animus e Anima*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992 e C. G. Jung, *Sull'archetipo, con particolare riguardo al concetto di Anima*, in Op. vol. 9*, trad. it. Bollati Boringhieri, 1997

⁷ Cfr. F. Nietzsche, *Gaia scienza*, aforisma 125 nel quale è riassunto in poche righe l'inevitabile destino della religione cristiana in seguito al processo di secolarizzazione, ossia quella perdita di valore emotivo dei simboli spirituali che per secoli hanno costituito il Cristianesimo. In tal senso, sostiene M.-L. Von Franz: «Il simbolo del Sè, particolarmente esposto al rischio di diventare una formula priva di vitalità, un sistema, una dottrina priva di significato, soltanto formale ed esteriore, esige sempre il rinnovamento, la comprensione, il contatto con l'inconscio». Si veda M. L. von Franz, *Le fiabe interpretate*, trad. it. Bollati Boringhieri, Milano, 1980, p. 49

modernità, ma tale processo non è avvenuto da un momento all'altro; ciò che noi viviamo oggi è frutto dell'intricata rete culturale che l'uomo stesso ha intrecciato per secoli, oscillando tra consapevolezza e inconscio. Senza dubbio l'evoluzione della coscienza, e dunque dell'io, ha fatto sì che l'uomo trovasse una spiegazione a quello che fino ad allora era stato trasferito nelle narrazioni mitologiche e religiose. Una volta scoperto, attraverso il pensiero scientifico, che quanto era raccontato non corrispondeva alla realtà, la narrazione stessa ha perso il suo potere persuasivo e profondo. Ma una verità ben più importante è stata accantonata, ossia quella simbolica, senza la quale l'uomo vive la sua esistenza per metà.

Insegna M.-L. Von Franz che ogni narrazione, dalla fiaba al mito, alla religione, sia «l'espressione più pura e semplice dei processi psichici dell'inconscio collettivo»⁸ e in quanto tale possa mostrare i caratteri fondamentali della psiche. La loro interpretazione, perciò, non può che avvalersi del simbolismo, lasciando che ogni immagine mostri tutti i suoi possibili significati, i quali sono da ricercare attraverso gli studi comparativi.

La ragione di tale ricerca non è fine a se stessa, ma funzionale ad un'esistenza più ricca e profonda, con lo scopo di dare un significato e una direzione alla crisi profonda del nostro tempo. Per dirla con Neumann: «L'interesse per il mondo arcaico degli archetipi – apparentemente inattuale e lontano dalla realtà quotidiana – non costituisce solo la base d'ogni psicoterapia, ma schiude all'uomo una concezione del mondo capace di trasformarlo in qualcosa di più grande e di fargli acquisire anche un approccio nuovo alla vita e all'intera umanità».⁹

Credo sia esattamente questo il sentiero da percorrere per mettere in atto un cambiamento epocale: come per l'uomo primitivo il simbolo dà forma e rafforza la coscienza, così anche l'uomo occidentale di questo tempo dovrebbe conoscerne il valore e fare in modo che esso agisca con la funzione compensatrice della coscienza sopravvalutata.

Non resta che capire dove trovare tale materiale immaginale. Secondo gli studi di Jung, il materiale archetipico può essere trovato sostanzialmente nei sogni di individui normali e nei deliri dei malati di mente. Ovviamente è molto raro, soprattutto per l'uomo contemporaneo, sognare immagini archetipiche pure; molto spesso accade che attraverso una prima rilettura del sogno vi siano dei dettagli che vengano tralasciati, per dare maggiore rilevanza alla struttura stessa. Così facendo, anche il sogno diviene una vera e propria narrazione e in tal modo è possibile prendervi le distanze, integrando solo successivamente quei particolari dapprima trascurati, per un'interpretazione più ricca e approfondita.

Esattamente come per l'analisi dei sogni, cercherò qui di osservare e interpretare ciò che è accaduto all'evoluzione della coscienza femminile, guardando dunque la realtà come se non ci

⁸ Cfr. M. L. von Franz, *Teorie sull'origine delle fiabe*, in op. cit., p. 1

⁹ E. Neumann, *La Grande Madre*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1981, p. 14

appartenesse, ma consapevoli di essere inseriti all'interno di un contesto specifico. Tale modo di procedere prende spunto sia dall'analisi di Neumann, sia dalle magistrali e puntigliose interpretazioni di M-L. Von Franz delle fiabe, attraverso le quali mi è stato possibile conoscere e apprendere un punto di vista completamente al femminile, raro nella storia della psicologia analitica.

Sono fermamente convinta, infatti, che l'importanza dell'analisi sull'evoluzione della psicologia della donna sia indispensabile per avere un quadro completo della psiche umana, con l'obiettivo di raggiungere la tanto ambita totalità. Con questo termine mi riferisco all'unione degli opposti, alla *coniunctio oppositorum*¹⁰, concetto di cui Jung si è appropriato grazie ai suoi studi sull'alchimia e che il mondo orientale semplifica nell'unione dello Yin e dello Yang ☯. Comprendere le differenze esistenti tra il maschile e il femminile consente di avere maggiore consapevolezza anche delle loro peculiarità. Se si riflette su altri termini opposti come alto e basso, spirito e materia, cielo e terra, fuoco e acqua è possibile intravedere molte delle qualità esistenti anche nell'uomo e nella donna. In termini simbolici tutto ciò che è profondo, terrestre e sta in basso è collegato con il femminile per via della sua capacità di generare la vita. Come la terra che avvolge il seme e gli dona il nutrimento per crescere, così la donna inseminata porta in gestazione il nascituro. È femminile la materia, per la sua concretezza e l'acqua come simbolo del liquido amniotico e degli aspetti inconsci della vita. Al contrario, è maschile tutto ciò che è legato alla dimensione spirituale, elevata e di pensiero: un uomo è più facilmente in grado di sottrarsi dalla concretezza della vita – ne sono un esempio i filosofi e i mistici con i loro pensieri astratti – rispetto ad una donna, la cui creatività è una questione fisica e non dell'intelletto.

Ciò che qui intendo denotare sono le qualità tipiche maschili e femminili, tenendo però presente che noi non siamo individui 'puri' e per questa ragione siamo caratterizzati da alcuni aspetti del sesso opposto. Mi riferisco ad esempio alle qualità artistiche dell'uomo, che spesso sottolineano dei tratti femminili nel suo carattere; viceversa, penso ai volti femminili che hanno dato grandi contributi al pensiero scientifico e dunque in possesso di capacità solitamente ritenute maschili. L'importanza della comunione degli opposti non riguarda soltanto il riconoscimento di ciò che sta agli antipodi a livello cosciente, bensì nell'integrazione vera e propria di tali qualità nella propria profondità, tenendo presente che l'«altro da noi» è una realtà vivente. M-L. Von Franz sostiene che «la coscienza, con la sua tendenza all'estroversione, si lascia prendere da un falso conflitto tra realizzazione concreta-esterna e simbolica-interna e scinde perciò artificialmente in due parti il fenomeno dell'Anima»¹¹, in realtà è necessario ricordarsi che ciò che accade al di fuori di noi e cioè nella quotidianità, non è null'altro che la manifestazione di quanto avviene nel

¹⁰ Cfr. C. G. Jung, *Opere* vol. 14, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1991

¹¹ Cfr. M. L. von Franz, *Le fiabe interpretate*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980, p.85

nostro inconscio.

A tal proposito ritengo che, se il processo di unificazione avviene nel nostro mondo interiore, possa avvenire anche nell'esteriorità e ciò comporterebbe una maggiore consapevolezza nelle relazioni tra uomo e donna, che oggi più che mai, necessitano di una nuova impronta.

La Von Franz fa riferimento all'archetipo dell'Anima, in quanto ritenuto l'immagine interiore della donna che ciascun uomo possiede dentro di sé; tale immagine si rispecchia nella gran parte dei casi in una donna reale presente nella vita dell'uomo. La tendenza razionale degli ultimi secoli ha costretto a relegare questa immagine vitale e sentimentale nelle profondità inconse, impedendo al maschile di vivere anche i suoi aspetti emotivi. Così, nella quotidianità la donna ha rappresentato, per lungo tempo, soltanto uno specchio per l'uomo, senza che questi si accorgesse delle sue peculiarità.

Si pensi all'istituzione del matrimonio: in termini simbolici esso rappresenta la sopracitata *coniunctio*, sancita dallo scambio degli anelli come espressione di un rapporto eterno; nella realtà si è trasformata in un vincolo solo esteriore e necessario da un punto di vista sociale e religioso, così come l'idea di famiglia. Sono rari i casi in cui il matrimonio rappresenti davvero un'unione d'amore consapevole. In questo senso, non è affatto casuale che negli ultimi decenni tale istituzione abbia perso la sua forza, dando vita a nuove forme di unione, come le coppie civili. Da un lato, è come se il simbolo abbia esaurito la sua potenza, dall'altro però, un simile cambiamento denota l'esigenza di istituire qualcosa di nuovo, da cercarsi, probabilmente, in un'unione più responsabile e che riconosca l'altro come singolo individuo. Per dirla in termini spirituali, un legame di questo genere non rappresenta più la fusione di due nell'Uno, bensì il riconoscimento del due nell'Uno, la differenziazione.¹²

Ritengo con questo che lo studio della psicologia del femminile sia il primo passo verso la comprensione di se stessi, ma sia anche necessario per rendere davvero reale quel riconoscimento dell'altro che nel nostro tempo è determinato soltanto da aspetti giuridici e normativi. Quando il femminile sarà realmente compreso, allora saremo davvero giunti al segreto della conoscenza profonda della psiche e con esso ad un equilibrio individuale e sociale che raramente è stato sfiorato nella storia della civiltà umana.

¹² Cfr. L. Irigaray, *Essere due*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1994

CAPITOLO I

Il processo di Individuazione

1.1 Cos'è l'Individuazione

Ogni qualvolta si stabilisca di parlare di evoluzione è necessario definire un inizio dal quale poter partire nella propria analisi. L'opera di Neumann, basata sullo studio del mito come elemento costitutivo della psicologia del profondo, intende dimostrare l'evoluzione della coscienza dell'uomo attraverso un percorso storico: dagli albori della civiltà, giungendo fino alla società contemporanea, egli osserva come la mitologia abbia costituito una prima forma di elaborazione razionale rispetto agli accadimenti psicologici interiori. Se però il primitivo era libero di creare narrazioni fantasiose e immaginative, l'uomo contemporaneo, a causa dell'emancipazione della ragione, non conserva lo stesso potere creativo. A tutto è possibile dare una spiegazione logica, nel caso opposto, è la scienza a non aver ancora raggiunto lo sviluppo necessario a spiegare alcuni fatti. Una valutazione inopinabile se si rimane ancorati alla mentalità moderna; eppure vi sono individui che di una simile spiegazione non si accontentano. Esiste infatti un sapere, che non ha origine dall'intelletto e non si preoccupa della spiegazione logica di fatti. Si tratta di una saggezza che, nei modi più svariati e nel corso di tutte le epoche, ha provato a rivelare l'essenza profonda della vita. Ritengo che, per comprendere l'opera di Neumann e in generale di tutto il pensiero junghiano, sia fondamentale tuffarsi in questa corrente. Altrimenti tale studio si rivela superficiale e come spesso accade, capito ma non compreso, perciò non vissuto come propria esperienza personale.

Nessuno studioso, da Jung ai moderni psicoanalisti, è stato in grado di stabilire quali individui siano in grado di accedere alla conoscenza profonda di sé e quali caratteristiche siano indispensabili. Ciò che è certo è che, per avvicinarsi alla psicologia del profondo occorre un atteggiamento spirituale nei confronti della vita. Afferma Jung: «Si tratta di essere spiritualmente oppure di non essere»¹³, poiché chi non conosce se stesso vive superficialmente, aderendo ciecamente alla massa.

Ma la spiritualità non è questione di religione; essere spirituali significa possedere la sensibilità di osservare le dinamiche psicologiche universali manifestarsi in noi stessi e negli individui a noi più vicini, oltre che nella società nella quale siamo inseriti.

Questo atteggiamento è stato definito da Jung 'processo di individuazione', poiché implica un percorso alla scoperta della propria individualità e della propria unicità, mirando a un equilibrio,

¹³ Cfr. C. G. Jung, *Gli archetipi dell'inconscio collettivo* in Op. vol. 9*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1979, p. 22

a una trasformazione che allenti l'attaccamento dell'uomo all'inconscio. Anche se all'apparenza il concetto di 'individuazione' potrebbe far pensare a una forma di egoismo e di esclusione dalla collettività, ciò non è completamente reale. Uno dei punti fondamentali della psicologia del profondo riguarda il recupero degli aspetti naturali dell'individuo, dai quali, nel corso della sua evoluzione, ha preso le distanze. La natura umana non si discosta di molto da quella animale, ragione per cui abbiamo esigenze fondamentali alle quali non è possibile sottrarsi; nutrirsi, bere, riprodursi, sono solo alcuni esempi, forse quelli più immediati a cui viene da pensare. La vita sociale e gli aspetti culturali ad essa collegati hanno privato tali necessità della loro essenza. Trasformati in simboli, sono stati innalzati a livello spirituale, talvolta concepiti anche in senso negativo, come azioni diaboliche - si pensi alla concezione cristiana della sessualità - e per questo considerati inadeguati per l'uomo evoluto.

Il processo d'individuazione, come Jung lo ha concepito, consente di sottrarsi dalla morale condivisa per osservare se stessi con occhio critico, ponendo l'attenzione sui desideri più personali e profondi. A differenza dell'individualista, che persegue unicamente il proprio benessere esteriore, a discapito degli altri, colui che intraprende l'individuazione abbandona la via della persona¹⁴, per rivolgersi verso la sua essenza, il Sé. Tale percorso non implica affatto un isolamento dalla società, o una forma di ribellione anarchica: come fa notare magistralmente E. Jünger nel suo 'Trattato del ribelle'¹⁵, si tratta di vivere nel mondo con consapevolezza, senza opporsi, ma in un certo senso sottraendosi dalle questioni superficiali che appaiono rilevanti per la massa.

Individuarsi dunque, consiste dapprima nel conoscere i propri lati oscuri, accettarli e, in seguito imparare a dialogare con essi. Ciò accade ponendo l'attenzione sul proprio mondo interiore, in particolare sui sogni, che sono il veicolo attraverso cui l'inconscio comunica alla coscienza.

Nei sogni si trovano indicazioni preziose, talvolta anticipatorie rispetto alle scelte da compiere; seppur confusi, irreali, imbarazzanti e incomprensibili, attraverso di loro è possibile procedere nella nostra conoscenza. Quel che è certo è che difficilmente si riesce a procedere completamente soli, soprattutto quando il nostro inconscio ha molto da comunicare. Studiare il simbolismo può rivelarsi di grande aiuto, ma la psiche ha bisogno di confronto con persone specializzate, che propongano punti di vista differenti da quello personale e che abbiano la capacità di intuire cosa sia più corretto per il nostro percorso. In questo senso, l'analista junghiano si rivela un curatore dell'anima, un interprete di un linguaggio sconosciuto e talvolta indecifrabile, capace di guidare

¹⁴ Il termine 'persona', dal latino *persōna*, significa 'maschera'. Jung dunque identifica con tale termine, quella parte dell'individuo che riguarda gli aspetti più esteriori, direttamente collegati alla propria immagine nel contesto sociale cui appartiene. In termini psicologici può essere considerata la maschera che ciascuno indossa in rapporto al proprio ruolo nella società. Quanto più è accentuata la persona, tanto più è sconosciuta la parte inconscia, il lato oscuro dell'individuo, l'Ombra.

¹⁵ *Op. cit.*, trad. it. Adelphi, Milano, 1990

sul sentiero più opportuno per ciascuno di noi. Non soltanto un medico, ma un vero e proprio maestro, in grado di non giudicare e di illuminare la via che verrà poi percorsa in solitudine.

Nel testo 'Gli archetipi dell'inconscio collettivo' Jung ha tracciato le linee guida del percorso d'individuazione, affermando che ogni tappa del percorso è caratterizzata da alcune immagini archetipiche, ossia primordiali, comuni a tutti gli individui a prescindere dall'epoca e dal tessuto sociale. Il primo approccio, come più sopra accennato, è l'incontro con l'Ombra, ossia il confronto con i lati oscuri di noi, quelli che tendenzialmente vengono repressi per via della morale che li considera inappropriati per un individuo evoluto. Una volta affrontato il primo aspetto della ricerca, probabilmente il più complesso e di difficile accettazione, la cui spiegazione merita un approfondimento che seguirà nei capitoli successivi, è possibile scendere nelle profondità dell'inconscio, incontrando quell'immagine che Jung definisce 'Anima': l'archetipo della vita, la parte che vive di per sé e dà vita. Curioso ed essenziale è sapere che «la parola tedesca *Seele* (anima) è strettamente imparentata, attraverso la forma gotica *saiwalô*, con la parola greca *aiólos*, che significa "mosso", "cangiante", qualcosa di simile a una farfalla, in greco *psyché*, che svola di fiore in fiore e vive di miele e d'amore»¹⁶. Per questa ragione è necessario tenere a mente che l'idea di un'anima meravigliosa è un concetto dogmatico che, come sostiene lo stesso Jung, ha lo scopo di immobilizzare e imprigionare qualcosa di fortemente vitale e per questo pericoloso agli occhi della cultura cristiana. Occorre arrivare preparati per aprirsi a questo nuovo passaggio, poiché, in quanto rappresentante della vita, l'Anima possiede caratteristiche spesso in opposizione tra loro: allo stesso tempo benedizione e castigo, essa rappresenta tutto ciò che di spontaneo è in grado di produrre la nostra psiche. La sua natura è senza dubbio femminile e rappresenta l'estraneo vivente in ciascun uomo; in quanto non riconosciuta come essenza propria, assume le sembianze di una donna reale, attraente e meravigliosa, ma allo stesso tempo pericolosa, magica soggetta a tabù. Non a caso Jung la descrive come un'ondina, un elfo, un essere che assume sembianze buffe, fatate, stregate. L'Anima possiede una vita propria e non è semplice entrare in contatto con tale immagine, poiché è determinante per il nostro carattere, a tal punto che spesso l'individuo ne è sopraffatto senza rendersene conto. Non bisogna dimenticare infatti, che le immagini che si presentano nel processo di individuazione possono anche essere definite 'complessi': agiscono indipendenti e si esprimono con atteggiamenti che nemmeno colui che ne è colpito penserebbe mai di far emergere razionalmente.

Nell'affrontare l'Anima, Jung si rese conto che l'archetipo agisce in modo differente nell'uomo e nella donna e stabili che ogni individuo possiede nella sua interiorità alcune caratteristiche del

¹⁶ C. G. Jung, *Gli archetipi dell'inconscio collettivo* in Opere vol. 9*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980, p.24

nesso opposto. Allora affermò che l'Anima è l'elemento femminile presente nell'uomo; al contrario, l'Animus è il tratto maschile presente nelle donne. Una simile constatazione, anche se all'apparenza banale, è di fondamentale importanza per la comprensione di questa trattazione. Lo sviluppo della donna dunque, segue sentieri completamente differenti rispetto a quelli dell'uomo e per questo motivo merita oggi una maggiore attenzione. Se l'evoluzione della coscienza maschile – o patriarcale, per utilizzare il linguaggio di E. Neumann – ha avuto modo di affermarsi liberamente, è certamente evidente che la donna ha avuto molte meno possibilità di emanciparsi nel corso della storia. Lo stesso Jung non è stato in grado di far luce sull'individuazione femminile e, ogni qualvolta abbia provato ad affrontare il tema dell'Animus, lo ha descritto in termini negativi, come una potenza divorante per la donna, oppure in termini spirituali, alchemici, a mio parere troppo elevati per la coscienza femminile, più ancorata alla materia che non allo spirito. Ma vi sarà tempo per un approfondimento in seguito in merito a tale argomento; certo è che tutt'oggi, nonostante vi siano state altre ricerche a riguardo, come quelle di E. Jung in 'Animus e Anima'¹⁷ o di M-L. Von Franz in 'Alchimia'¹⁸, il problema dell'Animus non conosce soluzione.

Nota Jung: «non bisogna mai dimenticare che, nel caso dell'Anima, si tratta di fatti psichici che non sono mai stati, per così dire, in possesso dell'uomo, in quanto, come proiezioni, erano quasi sempre al di fuori del suo campo psichico»¹⁹. In questo senso bisogna interpretare le immagini del femminile nella storia dell'uomo: nell'antichità, l'Anima appare come dea o strega; nel Medioevo diviene la Vergine Maria o l'istituzione ecclesiastica; il mondo protestante, infine, depotenziati i simboli, ha trasformato la proiezione in un problema morale, dando luogo a quella crisi delle relazioni tipica del nostro tempo. Probabilmente ci troviamo in un'epoca in cui, finalmente, sarà possibile sperimentare davvero l'Anima, accettando il caos e l'incertezza determinate da questo archetipo, a favore di una conoscenza e una consapevolezza di sé senza precedenti nell'evoluzione dell'uomo.

Per quanto paradossale possa sembrare, così come sciogliendo i nodi dell'Ombra si entra in relazione con la vita vera, ad un tratto, l'insicurezza determinata dall'Anima lascia spazio ad una forma di saggezza profonda, una sicurezza che solo chi ha sperimentato momenti di estrema confusione conosce. Il caos lascia spazio all'ordine e il non-senso acquisisce un senso. È a questo punto del processo di individuazione che appare l'«archetipo del significato». La presa di coscienza è un atto totalmente irrazionale, simile ad un'intuizione, in cui tutti gli interrogativi della vita si acquietano per generare un senso di raccolta, simile alla meditazione yogica. Le

¹⁷ *Op. cit.*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992

¹⁸ *Op. cit.*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1984

¹⁹ C. G. Jung, *Gli archetipi dell'inconscio collettivo* in Opere vol. 9*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980, p. 27

risposte non giungono nell'immediato; esse si svelano a poco a poco, nella quotidianità, grazie all'intervento dell'archetipo del vecchio saggio, il quale molto spesso spinge all'attesa, o meglio alla saggezza del sonno, capace di portare 'buon consiglio'.²⁰ Per certi versi, un'opera simile può essere svolta dallo psicanalista; eppure non bisogna dimenticare che le immagini archetipiche si sviluppano nell'inconscio, non già attraverso la proiezione esteriore. Nessun uomo, per quanto acculturato e formato psicologicamente, può essere in grado di offrirci le risposte che ci occorrono. Egli potrebbe fornirci spunti di riflessione, punti di vista che non siamo in grado di far nostri a causa dell'incapacità di uscire dallo schema mentale precedente; ma le risposte di cui abbiamo bisogno arriveranno dalla nostra interiorità. Tale accadimento assume un *ché* di magico, motivo per cui il vecchio saggio assume nei sogni e nelle fantasie le sembianze di un mago dalla lunga barba bianca.

Quando gli interrogativi si acquietano e i responsi tranquillizzano il nostro animo, godiamo di una rara e serena pace; si torna ad avere fiducia in sé e nella propria individualità. Potremmo definire questo apice di sicurezza con l'immagine del *Sé*, archetipo per eccellenza, che racchiude tutti gli altri; linea guida, maestro profondo, voce primitiva, costantemente in attesa di essere scoperto e ritrovato. Di quest'ultima immagine potremmo dire trattarsi del collegamento esistente tra l'uomo e la divinità, tra microcosmo e macrocosmo, così come l'Oriente concepisce l'*Atman*, l'ente supremo, nel quale l'uomo giunge alla liberazione dalle modificazioni della mente (yoga chitta vritti nirodha)²¹.

Giunti a questo punto dell'individuazione sembrerebbe aver trovato la soluzione alla propria esistenza. In realtà due puntualizzazioni sono necessarie: la prima riguarda la totale razionalizzazione di tale processo fatta da Jung e da egli stesso chiarita. Si tratta di uno schema ideale, non certo della normalità che meriterebbe l'analisi di un numero infinito di casi, o forse, addirittura lo studio di ciascun essere umano presente sulla terra. La seconda invece riguarda l'ammonimento a ricordare che questo processo potrebbe essere immaginato come una spirale, tale che tutto ciò che accade nel dialogo tra conscio e inconscio è destinato a ripetersi durante il corso della vita e ogni volta in modo diverso. E. Bernhard²² nella sua 'Mitobiografia' spiega questo concetto sostenendo che la spirale è solo l'immagine superficiale del percorso. Calandosi nell'esperienza, la spirale acquista le sembianze di un labirinto, un caos assoluto in cui è sopito un senso non ancora nato. All'interno di questo, l'uomo, inconsapevole come un fanciullo e

²⁰ Per approfondimento si veda C. G. Jung, *Fenomenologia dello Spirito nella fiaba*, in Op. cit., pp. 201-243

²¹ I. K. Taimni, *La scienza dello yoga. Commento agli yogasutra di Patañjali*, Yogasutra 1.2, trad. it. Ubaldini Editore, Roma, 1970, p. 17

²² Ernst Bernhard tedesco di origine ebraica, trasferitosi a Roma, in seguito alle persecuzioni naziste, esercitò la psicologia del profondo per circa trent'anni, durante i quali accrebbe la sua fama non solo in qualità di medico, ma di vera e propria guida spirituale. Fu studioso dell'ebraismo di stampo chassidico, del pensiero indù e cinese, del karma, dei grandi miti e dei conflitti della società relativi ai problemi di una presa di coscienza collettiva.

travolto dall'oscurità, cerca la strada ripercorrendo tutti gli archetipi fino ad ora descritti, come fosse la prima volta. «Questa è sempre una lotta e sempre congiunta a un conflitto e a sofferenze, che però sono in sostanza le doglie di una rinascita. [...] Quando la nuova fase è ridivenuta pura natura, perché lo spirito si è consumato nella nuova creazione, appare il nuovo spirito in forma di spirale».²³

La via dell'individuazione non può mai considerarsi un percorso concluso con l'ottenimento di una meta. Tale processo è una tendenza, un tentativo di immergersi nel flusso della vita, che troverà fine – ma non necessariamente un senso – con la morte.

1.2 Intraprendere il processo di Individuazione

Fino a questo momento sono state tracciate alcune linee guida per comprendere cosa sia il processo di individuazione. È necessario adesso scoprire come sia possibile intraprendere tale percorso.

In termini semplicistici potremmo definire 'individuazione' le tappe dell'evoluzione di ciascun uomo, dall'età infantile all'età adulta. Tutti gli esseri umani, indistintamente, infatti, crescono ed evolvono secondo uno schema più o meno definito. Un bambino resta tale fino all'età della pubertà e, durante questo momento di transizione, avviene il primo grande mutamento della coscienza. Nell'infanzia il mondo appare più in termini inconsci che consci: si manifesta come una continua scoperta, un luogo magico, ricco di immagini fantasiose, attraverso le quali il bambino sviluppa la propria creatività. Privo di consapevolezza, il piccolo agisce con naturalezza, secondo i primari bisogni e ignaro dei fini di cui è vittima, invece, l'adulto. La sua esistenza dipende completamente dalla madre, come fonte di sostentamento e come immagine di riferimento per l'apprendimento. Questa fase, che Neumann ha definito 'stadio uroborico', facendo riferimento all'immagine primordiale del serpente o drago che si morde la coda, rappresenta una sorta di universo chiuso in se stesso e contenente madre e figlio. Un prolungamento del periodo di gestazione anche all'esterno del ventre materno, durante il quale si genera una simbiosi tra i due esseri. È il momento in assoluto più determinante per lo sviluppo futuro del fanciullo, durante il quale, la madre dovrebbe insegnargli il corretto modo di fare esperienza, lasciandolo libero di sperimentare. Tale asserzione però non trova corrispondenza nell'impostazione che la società contemporanea ha stabilito per l'infanzia. Mediamente dal terzo al quinto anno di età, un bambino viene inserito nel mondo dell'educazione, dove acquisisce una serie di informazioni culturali che lo rendono partecipe della collettività. Per la prima volta gli viene richiesta maggior ragionevolezza, a discapito delle reazioni spontanee e dei sentimenti, per

²³ Cfr. *Op. cit.*, trad. it. Adelphi, Milano, 1969, p. 216,217; per approfondimento si veda l'intera voce *pensieri sul labirinto*, pp. 215-218

dar spazio alla ‘buona condotta’ determinata da regole sociali severe. In accordo con Neumann «questo processo è contraddistinto da una crescita dell’efficienza a spese della profondità della vita. [...] Il bambino deve sacrificare proprio ciò che egli ha in comune con l’uomo di genio, con l’artista creativo e con l’uomo primitivo, ciò che costituisce l’incanto e il fascino della sua esistenza».²⁴

Con la pubertà, termina l’età dell’incoscienza, per dare spazio allo sviluppo dell’Io, della coscienza e, con essa, il mondo dei sogni, delle favole e del gioco vengono sostituiti dall’apprendimento finalizzato all’ingresso nella realtà del mondo esteriore. Fino ad ora una distinzione tra i sessi non è stata necessaria; con l’uscita dal mondo materno e l’ingresso in quello paterno – sempre utilizzando la terminologia cara a Neumann – tale differenziazione diviene fondamentale. La diversità sostanziale sta nel fatto che un bambino maschio sperimenta l’‘Altro’ in maniera evidente e fin dai primi anni di vita – salvo problematiche nella relazione madre-figlio – mentre una bambina scopre l’alterità soltanto nel momento della relazione con il mondo esterno, ossia quando si trova a confrontarsi con lo sviluppo della *persona* e dunque con l’adattamento che rimuove i tratti personalistici a favore di fattori collettivi ritenuti più opportuni. Se accettiamo l’assioma che definisce il collettivo una società patriarcale – come ritengo sia corretto fare – tale processo di evoluzione femminile corrisponde al primo contatto con il mondo del maschile. In termini junghiani, in questa fase, sia il maschio che la femmina vengono a contatto per la prima volta con gli archetipi dell’Ombra e dell’*Anima/Animus* e, lo sviluppo della *persona*, ossia di una maschera fittizia ma di successo, soffoca il rapporto con la voce interna tipico dell’infanzia, per adattarsi ai «valori dominanti del collettivo, dei padri, delle leggi, della coscienza morale, dell’etica comune, ecc.»²⁵ Dunque, se per natura, ciascun individuo possiede tratti femminili e maschili, la società occidentale accentua in modo unilaterale il proprio sesso, relegando negli abissi dell’inconscio gli aspetti controsessuali. Per quanto concerne l’uomo, tale affermazione è abbastanza palese, poiché i suoi tratti sentimentali e femminili non sono riconosciuti in termini collettivi, mentre per la donna contemporanea il discorso si fa più complesso. Oggigiorno, infatti, la società che ha sempre considerato la donna fondamentale nel suo ruolo di madre, si scontra con un femminile emancipato, il quale, per affermare la propria indipendenza, ha dovuto acquisire le caratteristiche maschiline necessarie al suo ingresso nel mondo lavorativo e del diritto paritario.

Ciò che prima ho trattato in termini di sviluppo della coscienza femminile, dall’età dell’infanzia alla pubertà, non è assolutamente distante da quello che accade nel collettivo femminile di questo

²⁴ E. Neumann, *Storia delle origini della coscienza*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1978, p. 348; per approfondimento si veda l’intero capitolo *La controversione negli stadi della vita* in op. cit.

²⁵ Op. cit., p. 350

secolo. Qualunque sia il genere dell'individuo di cui si tratti, ciò che conta per la comprensione del processo d'individuazione è lo sviluppo dell'Io cosciente, poiché la prima fase della vita è incentrata prevalentemente sull'accrescimento della personalità, ossia della realizzazione individuale all'interno della società. Una volta raggiunta l'età adulta, quando la personalità dell'individuo è formata e tutti gli obiettivi esteriori sono stati raggiunti, accade qualcosa di straordinario. In tutta la sua ricerca Jung ha sostenuto che il vero processo d'individuazione ha inizio proprio in quel momento, quando cioè l'inconscio opera una compensazione, ricordando all'uomo di quella sfera magica e onirica abbandonata dopo l'età infantile. Di fatto, nonostante la prima fase della vita sia caratterizzata da una esteriorizzazione, ossia nella proiezione sul mondo dell'energia vitale, la naturale tendenza dell'inconscio è di mantenere un equilibrio nella psiche dell'individuo e dunque mantenendo attiva la sua opera, il conflitto tra coscienza e inconscio stimola lo sviluppo costante della personalità. Al contrario, se tale tendenza viene repressa, accade che ad un certo punto della vita l'inconscio irrompa improvvisamente, manifestandosi attraverso malattie, crisi emotivo-sentimentali, rotture di relazioni durature, ricerca di una dimensione solitaria e spirituale. In questo modo, l'Io è costretto a interrogarsi sulla propria funzione, spesso mettendo in discussione le certezze che fino a quel momento sono state costruite.

L'intervento dell'inconscio si manifesta sempre allo stesso identico modo sia che se ne sia sempre tenuto conto oppure nel caso opposto; la crisi psichica, la nevrosi nasce quando ad un tratto ci si accorge di avere esigenza di altro, di qualcosa di più profondo e si avverte la sensazione di essere imprigionati in una pelle che non ci appartiene.

Il problema della società contemporanea risiede nell'assenza di una ritualità che scandisca i vari stadi della vita. Attraverso il rito, infatti, durante il quale elementi legati al mondano si uniscono ad una dimensione sacra, l'individuo viene guidato nel passaggio da una fase a quella successiva. Questo vuoto del mondo moderno genera incertezza e l'evoluzione viene determinata da luoghi comuni come gli studi, il matrimonio e la costruzione di una famiglia. Oggi giorno, però, anche tali schemi non esistono più; dunque seppure abbiano sostituito il mito per un periodo rilevante, sono ormai privi di significato. Ciò che è andato perduto non è soltanto la narrazione mitologica, ma addirittura la dimensione sacra vera e propria, che sola è in grado di mantenere vivo il dialogo tra la coscienza e l'inconscio. Senza entrare nel merito della questione religiosa, dialogare con le forze primitive che agiscono dentro di noi, offrendo loro la possibilità di esprimersi, consente di lasciare che la nostra volontà più profonda si manifesti. Hillman afferma esserci un *daimon* nella psiche di ciascun uomo, in grado di determinare le sorti future; esso si afferma a prescindere che lo si ascolti oppure no e possiede una potenza determinante che fa sì che il destino degli individui si compia. L'azione del *daimon*, però è verificabile soltanto ripercorrendo la vita a

posteriori; non è prevedibile, ma osservando la sua azione passata è possibile intuire quale potrebbe essere il sentiero da seguire. Ne 'Il codice dell'anima' Hillman ha raccolto un notevole numero di storie relative a uomini le cui vite sembravano dover prendere una piega e all'improvviso, una forza sconosciuta ha preso il sopravvento, determinando le sorti in tutt'altra direzione.²⁶

Vivere con un orecchio teso all'ascolto dell'inconscio, del *daimon*, se si vuole, in senso spirituale non significa affatto affidarsi ciecamente a quello che accadrà, bensì si tratta di comprendere quali esigenze abbia il nostro Sé profondo, assecondandole. L'individuazione consiste in questo, cioè nel divenire ciò che realmente si è e per questa ragione ritengo non sia propriamente corretto accettare quel che affermò Jung rispetto a tale processo. Naturalmente è necessario tenere conto di alcune componenti essenziali dell'epoca in cui ha vissuto: un periodo nettamente meno complesso, rispetto all'attuale, dal punto di vista occupazionale. Costruirsi un'identità sociale allora richiedeva un impegno e una frustrazione inferiori rispetto a oggi, epoca nella quale, fin dalla pubertà, ci si rende conto che le categorie appartenute alla generazione parentale non possono più funzionare. Ad un'osservazione attenta delle nuove generazioni si può percepire immediatamente maggior consapevolezza rispetto alla condizione descritta e per questo un atteggiamento più accorto. Vi è maggiore sfiducia nell'istituzione scolastica e in tutti gli enti formativi, così, spesso la formazione culturale è carente oppure individuale.

Un simile scoraggiamento può provocare, fondamentalmente due risposte da parte dell'adolescente: nel primo caso la ricerca di una dimensione spirituale precoce, che offra spunti per un atteggiamento più fiducioso nei confronti del futuro, accompagnata da uno studio personale e dallo svilupparsi di una capacità interpretativa migliore dei fenomeni contemporanei; nel secondo caso, si verifica una propensione all'accettazione delle dinamiche sociali, un adeguamento di sé nei confronti delle richieste collettive. In altri termini, vi sarà una parte di giovani alla ricerca di soluzioni alternative per poter costruire la propria esistenza, ma in possesso di una consapevolezza maggiore di se stessi e un'altra parte, probabilmente quella più numerosa, la quale seguirà la massa nell'innalzare l'evoluzione scientifica, tecnologica ed economica a entità divina. Sarà proprio a questi ultimi che l'inconscio irromperà inaspettatamente nella seconda fase della loro esistenza, quando ancora poco sarà possibile costruire a livello esteriore e personalistico.

Così come nella fase della pubertà sono necessari grandi sacrifici, perché sia possibile uscire dalla dimensione transpersonale e archetipica del magico e del gioco per portare al centro l'Io cosciente, anche la seconda fase della vita, caratterizzata dallo spostamento dell'attenzione dalla

²⁶ Cfr. J. Hillman, *Il codice dell'anima*, trad. it. Adelphi, Milano, 1997

coscienza al Sé, inteso come centro della totalità psichica, comporterà notevoli difficoltà. Infatti, l'integrazione nella personalità di quegli elementi della personalità che erano stati scissi, dovranno essere ora congiunti ad essa. Tendenzialmente, in particolare nell'evoluzione dell'uomo occidentale, i caratteri repressi sono strettamente legati alla componente emotiva e sentimentale, perciò integrarli, nonostante sia parte del naturale sviluppo della persona, potrebbe provocare un pericolo importante, quale la distruzione della personalità. Scrive Neumann «Le invasioni emotive e archetipiche minacciano l'Io che, nel suo eroico viaggio nel mondo infero, scardina deliberatamente le limitazioni e le difese acquisite con lo sviluppo della coscienza. Così, per esempio, dietro le imago parentali emergono ora gli archetipi primari e, man mano che il processo avanza, le figure che si incontrano diventano sempre più ampie, contraddittorie e complesse»²⁷. In altre parole, gli archetipi che nell'infanzia possedevano un significato univoco agli occhi del bambino, nell'età adulta, tornano a manifestarsi, in quanto simboli polivalenti, in tutte le loro sfaccettature. Ma a questo punto dell'evoluzione, la coscienza ha la capacità di interagire con essi, accettando il loro valore polisemantico e l'ambiguità, che una coscienza primitiva, invece, non potrebbe sopportare. È in questa fase che è possibile conoscere e sperimentare liberamente la propria morale individuale, senza il timore che né l'inconscio, né il mondo possano prendere il sopravvento. Si tratta di una rinascita a tutti gli effetti, che ha luogo con la capacità acquisita dalla coscienza di entrare in relazione con il profondo: l'individuo perciò, passato dalle fasi dell'esperienza esteriore e dell'esperienza di se stesso, approda alla consapevolezza del proprio significato.

Da un punto di vista immaginale, l'inizio dello sviluppo della coscienza, caratterizzato dalla differenziazione, è costellato dal principio degli opposti, dunque le immagini evocative di tale momento rappresentano tale scissione: interno ed esterno, spirito e vita, individuale e collettivo, alto e basso, maschile e femminile. Mentre la totalità psichica della seconda fase evolutiva viene rappresentata attraverso il simbolo del mandala e gli opposti si uniscono nell'ermafrodito, in un elemento che li contenga oltre la separazione.

Affinché il processo d'individuazione si attui – pur restando consapevoli che la conclusione di tale percorso avviene con il trapasso – sono necessari alcuni elementi fondamentali. Innanzitutto ciò che conta è avere la fortuna di incontrare un maestro, ossia una figura con grande capacità empatica, in grado di comprendere a quale punto della nostra esistenza ci troviamo, per guidarci nell'evoluzione; altrimenti seguire esempi che, prima di noi hanno intrapreso tale percorso, così che si possa evitare di soffrire per la solitudine che tale processo implica. Altro elemento necessario è proprio la capacità di restare nella solitudine, utilizzandola come stimolo e come

²⁷ Cfr. E. Neumann, *Storia delle origini della coscienza*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1978, p. 358

grande potere, oltre che l'importanza fondamentale del silenzio come elemento in grado di ristabilire la connessione con la propria profondità e interiorità. Tali argomenti saranno sviluppati e chiariti nei paragrafi che seguiranno.

1.3 L'importanza della solitudine e del silenzio

Ogni ricercatore che si sia incamminato lungo la via dell'individuazione ha dovuto confrontarsi con la solitudine che tale percorso comporta. Ogni qualvolta si rivolga lo sguardo nella propria interiorità, accade che gli oggetti del mondo esteriore perdano potenza e lo stesso avviene per gli individui che circondano colui che intraprende tale processo.

Nonostante l'individuazione sia un percorso che procede verso il basso, sempre più verso la profondità degli abissi – e non è un caso che simbolo per eccellenza dell'inconscio sia il mare – si trova assai di frequente nella letteratura una similitudine con l'immagine della montagna. Due tra gli esempi più celebri sono *La montagna incantata*²⁸ di Thomas Mann e *Così parlò Zarathustra*²⁹ di Nietzsche. Infatti, se nel confronto con l'inconscio si attua un'amplificazione dell'individuo, tale che ne favorisca il raggiungimento della totalità, non è possibile nascondere l'inevitabile durezza e asprezza del percorso, che solo coloro che conoscono gli impervi sentieri montani possono comprendere. Chiunque abbia passeggiato tra le montagne saprà che più in alto ci si spinge, meno persone s'incontreranno lungo il percorso. La fatica e la costante attenzione che è necessario prestare scoraggiano i meno intrepidi e, nonostante si sappia che la meta è meravigliosa, molti, ben presto, abbandonano la via. Eppure i monti offrono paesaggi immensi, sterminati, così ricchi di colori, di piante e animali, altrove introvabili: regalano silenzio, quiete, libertà. Ma essere liberi talvolta spaventa, poiché è il momento in cui si sperimenta la vastità delle possibilità che si possiedono e indirizzarsi verso una vita senza schemi convenzionali si rivela immediatamente una vita incerta.

Entrambi i protagonisti dei testi sopracitati si trovano a vivere la montagna, il primo come ospite di un sanatorio, il secondo come viandante, pellegrino e ricercatore. Risiedere in altura implica un distacco dalla società e un contatto maggiore con la natura. Mann, attraverso le sue riflessioni sul tempo, per esempio, cerca di trasmettere l'importanza di riscoprire un vivere lento, in opposizione alla frenesia cittadina, affinché si sviluppi la capacità di ascoltare e osservare, non soltanto gli altri, ma soprattutto se stessi; l'altro, inteso come il 'diverso da noi', diviene uno specchio, l'interlocutore attraverso il quale poter comprendere realmente chi siamo.

A differenza delle molteplici attività offerte dalla vita cittadina, la montagna offre solo il contatto con essa, poco di più. Per questa ragione, coloro che s'incontrano sono una piccola élite di

²⁸ *Op. cit.*, trad. it. Corbaccio, Milano, 1992

²⁹ *Op. cit.* trad. it. Adelphi, Milano, 1968

ricercatori, persone il cui unico interesse è quello di immergersi nella natura e partecipare ai suoi cicli. Tutto ciò che è superfluo non ha motivo di essere portato con sé, sia dal punto di vista materiale, sia da quello simbolico. In altri termini, la passeggiata montana consente di spogliarsi di quella maschera che s'indossa nella vita quotidiana per confrontarsi con le proprie reali capacità. Non v'è ragione di mentire a se stessi; la montagna sa mettere a dura prova e, se non si è più che onesti, si potrebbero correre seri rischi.

In questo breve elogio al paesaggio montano sono contenute molte delle questioni che la psicologia del profondo tratta nelle sue analisi: la libertà, l'incertezza, la fatica, l'impegno, la determinazione, la natura e *last but not least*, la solitudine.

Se si concepisce la solitudine come un sentirsi isolati e fuori dal gruppo può senza dubbio sorgere una resistenza e un timore nei confronti di tale sentimento. Di fatto, nel processo d'individuazione si è soli fino a che non si sia trovato il modo di superare la pretesa che gli altri ci comprendano. Per sentirsi compresi è necessario conoscere se stessi, altrimenti nell'altro non si farà altro che vedere la propria ombra, gli aspetti che non si è in grado di integrare in se stessi. Vi è un celebre passo nel saggio di Jung su *Gli archetipi dell'inconscio collettivo*, nel quale il parallelo tra individuazione e montagna si chiarifica: «Chi guarda nello specchio dell'acqua vede per prima cosa, è vero, la propria immagine. Chi va verso se stesso rischia l'incontro con se stesso. Lo specchio non lusinga; mostra fedelmente ciò che in esso si riflette, e cioè il volto che non esponiamo mai al mondo perché lo veliamo per mezzo della Persona, la maschera dell'attore. Ma dietro la maschera c'è lo specchio da cui il vero volto traspare. È questa la prima prova di coraggio da affrontare sulla via interiore, una prova che basta a far desistere, spaventata, la maggior parte degli uomini. L'incontro con se stessi è infatti una delle esperienze più sgradevoli, alle quali si sfugge proiettando tutto ciò che è negativo sul mondo che ci circonda. Chi è in condizione di vedere la propria Ombra e di sopportare la conoscenza ha già assolto una piccola parte del compito: ha perlomeno fatto affiorare l'inconscio personale»³⁰.

La solitudine è necessaria perché si possa consolidare il proprio modo d'essere, il proprio carattere, a prescindere da ciò che è richiesto dal mondo circostante. La famiglia da cui si proviene, gli ambienti che si è soliti frequentare, il tipo di formazione scolastica, possono talvolta dimostrarsi un limite alla realizzazione di sé; dunque prendere le distanze e analizzare in modo critico consente una visione più precisa dei fenomeni nei quali spesso si è coinvolti. Divenire ciò che si è, passa necessariamente dalla comprensione e dall'allontanamento da quel mondo che ci contiene. Inevitabilmente s'incontreranno opinioni contrastanti in merito, che possono far dubitare della via che si è scelto di percorrere: la sfida consiste nel non cedere, nel resistere.

³⁰ *Op. cit.*, in Opere vol. 9*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980, p.19

Ciascun individuo nel confronto con il proprio *background*, sviluppa alcune peculiarità: nell'introduzione a *Lo Zarathustra di Nietzsche* di Jung³¹, J. Jarrett mette in evidenza quali fossero le peculiarità di Nietzsche e quelle di Jung; nel primo caso era di primaria importanza la dimensione estetica della vita, mentre nel secondo caso era quella religiosa. In quanto figli di pastori, le loro esistenze mostrano un tentativo di rivolta nei confronti della rigidità delle loro famiglie. Seguire la propria vocazione significa questo: non già una ribellione fine a se stessa, ma una riflessione che metta in luce il proprio carattere.

Fondamentalmente il profondo senso di solitudine proviene dall'allontanamento dalle origini, poiché se nemmeno la famiglia è in grado di comprendere chi realmente si sia, chi altri può farlo? Si tratta di avere il coraggio di fare un salto nel vuoto, di tagliare i rami secchi di un albero e di attendere che il nuovo arrivi. Avere consapevolezza di sé permette di scegliere arbitrariamente ciò che si ritiene più corretto, più affine, e di attirare a sé soltanto ciò che si desidera realmente. Significa trasgredire gli schemi sociali, non in senso anarchico, bensì dando vita ad uno schema personalissimo e inimitabile. Non è forse vero che la storia dell'umanità si sia sviluppata grazie ad alcune personalità uniche e sorprendenti? Di qualunque disciplina ci si occupi, ci si trova a studiare il pensiero e le teorie che soltanto pochi uomini sono riusciti a portare alla luce molto tempo prima che appartenessero alla collettività. L'esempio di Nietzsche, più sopra citato, rappresenta uno dei casi più incredibili nella storia del XIX secolo: egli si sentì per tutta l'esistenza un 'postumo', nel senso che fu in grado di cogliere quelle sfumature della propria epoca, impercettibili a coloro che la vissero senza l'obiettivo di comprendere se stessi.

Il problema dello sviluppo della personalità è un tema complesso, soprattutto in una cultura standardizzata come quella moderna che non lascia grande spazio alla particolarità. Già Jung, a suo tempo, si accorse di come la pedagogia e l'educazione del fanciullo, in generale, fossero discipline incomplete a causa della mancata preparazione di coloro che si ritenevano educatori. Infatti «nessuno può educare ad acquisire una personalità, se non la possiede egli stesso»³² e anche in questo caso nessuno può dirci come realizzare la nostra personale natura che, in quanto tale, rimane imprevedibile. Oggi l'argomento è divenuto ancora più discutibile a causa della sempre più specifica e dettagliata preparazione nei differenti ambiti: ciascun professionista specializzato dice la propria opinione stabilendo che è quella più corretta, senza accorgersi che una linea comune per la crescita e l'apprendimento del fanciullo non è possibile. Il problema dell'educazione si manifesta in prim'ordine nel nucleo familiare, ambiente ove si apprendono luoghi comuni e automatismi di cui difficilmente si riesce a liberarsi nel corso della vita. In seguito, saranno educatori e insegnanti a dover proseguire nel lavoro iniziato dai genitori. Ma se

³¹ *Op. cit.* vol. 1, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2011

³² Cfr. C. G. Jung, *Il divenire della personalità* in *Opere* vol. 17, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1999, p. 166

questi stessi adulti si arrogano il compito di educatori, senza essersi messi in gioco nel percorso individuativo, come potrebbero spingere i fanciulli verso la scoperta di se stessi?

Di fatto, ogni bambino è chiamato alla scoperta della propria personalità, ma pochi, divenuti adulti, accetteranno di essere degli eletti davvero in grado di seguire e sviluppare fino alla consapevolezza la propria natura. Ancora una volta l'ostacolo più grande che s'incontra è il consapevole, ma inevitabile, distacco dell'individuo dalla massa indifferenziata: l'isolamento. Parlo di consapevolezza poiché colui che si spinge solo verso la propria strada sa che nulla al mondo può salvarlo dal suo naturale destino e per questo la solitudine può acquisire un valore positivo e confortante. E afferma anche Jung in proposito: «Lo sviluppo della personalità è una fortuna che si può pagare solo a caro prezzo. Chi parla tanto dello sviluppo della personalità, pensa pochissimo alle conseguenze, che bastano a destare il più profondo sgomento in spiriti indubbiamente più deboli»³³. L'individuazione, o in qualunque modo si preferisca chiamare tale processo di sviluppo, ha a che fare con la vocazione, con una fede in se stessi e nella propria consapevolezza, che non può essere insegnata attraverso educatori e libri di testo. Non a caso si è soliti dire che le più grandi personalità siano state guidate da un demone o un dio: la persona normale, cui non è dato di percepire la vocazione, non è in grado di comprendere le ragioni che spingono alcuni individui alla solitudine e alle difficoltà che essa comporta. Per questo ritengono abbiano qualcosa di soprannaturale, che può essere spiegato solo attraverso l'intervento di un demone.

Avere una vocazione, significa semplicemente percepire la voce interiore, che sola è in grado di guidare l'individuo verso quella strada unica e sconosciuta. Essa appartiene alla dimensione inconscia e ascoltarla permette di riacquisire la capacità di dialogo con le profondità, sottraendosi dai trucchi speculativi della coscienza che è soltanto la punta dell'iceberg dell'intera personalità. La solitudine, dunque, fa acquisire le qualità dell'eroe, che con il suo coraggio affronta i tumulti della propria mente, cercando costantemente un senso di equilibrio e di pace. Ma l'uomo-eroe è consapevole che la propria battaglia non può essere combattuta contro la moltitudine; egli sa che la guerra è una faccenda legata alla propria interiorità e soltanto combattendo contro la legge collettiva che agisce in lui, in quanto appartenente alla massa, può contribuire alla liberazione di sé e degli altri individui.

Pur condividendo il pensiero di Jung riguardo il tema dell'eroe, ritengo opportuno osservare che, ancora una volta, la sua concezione sia frutto della mente di un uomo del suo tempo: un eccellente studioso della psiche che ha offerto materiale unico da cui partire per inoltrarsi nello studio della psicologia, ma pur sempre artefice di riflessioni appartenenti a un'epoca ormai superata.

³³ *Ibidem*, p.168

L'immagine archetipica dell'eroe non è tramontata, è piuttosto radicalmente cambiata la proiezione di questa. L'epoca contemporanea infatti, non conosce ideali, né politici, né morali, ma soprattutto non conosce una distinzione di ruoli sociali, perciò diviene eroe soltanto chi possiede ricchezza e riesce a trovare il metodo più straordinario per aumentarla sempre di più. Probabilmente si tratta di un passaggio della psiche collettiva necessario - per questo non è mia intenzione esprimere un giudizio di valore - ma la sensazione è che idealizzando ed esaltando un elemento materiale come il denaro si rischi di desacralizzare ulteriormente l'individuo portandolo maggiormente lontano dalla conoscenza di sé. Si potrebbe allora pensare che l'eroe contemporaneo sia colui che sappia riconnettere la massa alla dimensione spirituale dell'esistenza, compiendo un atto davvero inusuale e sorprendente.

In quanto donna, inoltre, percepisco l'immagine dell'eroe descritto da Jung molto lontana dalla natura femminile. Certamente la mitologia propone esempi di eroine donne, ma analizzando l'evoluzione della coscienza nel corso dei secoli, un femminile eroico ha ben altri presupposti e intenti. Come fa notare Neumann, l'eroe maschile deve combattere e uccidere il drago, inteso come elemento negativo del quale liberarsi; l'eroina invece ha come obiettivo l'addomesticamento. Per certi versi, il periodo storico relativo alle due guerre necessitava della figura eroica come Jung l'ha intesa. Molti giovani hanno combattuto mossi dalla vocazione per la propria patria e la difesa della propria identità nazionale; un richiamo irrazionale, oggi quasi completamente sconosciuto alla gran parte degli individui moderni. In termini di psicologia del collettivo è probabile che la lotta contro il mostro sia avvenuta e quello che ora viviamo è un lungo periodo di transizione, durante il quale bisogna riprendere contatto con le proprie esigenze fondamentali. In questo senso ritengo importante la concezione dell'eroismo femminile: non di ulteriori guerre siamo alla ricerca, ma dell'addomesticamento dell'orrendo, che può avvenire soltanto attraverso la conoscenza e l'accettazione di ciò che è da sempre considerato il male.

Se la battaglia mette in luce i giochi di potere esistenti nelle relazioni tra popoli o in quella con noi stessi, l'addomesticamento deve necessariamente avvenire attraverso il sentimento, la cura e lo scambio. Nel saggio sullo sviluppo della personalità, Jung mostra come, di fatto, l'unica figura storica in grado di attuare una rivoluzione così totalizzante, è stata quella di Cristo - in riferimento alla cultura occidentale - in quanto predicatore della dottrina dell'amore. Il cristianesimo, infatti, fu l'unico culto realmente perseguitato dai romani, in quanto opponeva alla forza - metodo attraverso cui si erigeva il potere imperiale - la potenza di un sentimento unificante e profondo.

Ma affinché la funzione del sentimento possa affermarsi, occorre che la personalità abbia incontrato e si sia confrontata con la propria oscurità e, successivamente, con la propria alterità, ossia con la propria Anima o Animus.

È in questo senso che affermo l'importanza del femminile nell'evoluzione individuale e sociale: chi altri se non la donna può insegnare a conoscere sentimenti quali l'amore, l'unione, la dolcezza e la tenerezza, che le appartengono in quanto generatrice di vita in potenza?

Perché ciò sia possibile, anche la donna, così come l'uomo, deve seguire il proprio percorso individuativo, attraverso il quale riscoprire la propria naturalità, molto differente dall'immagine di donna arrivista e potente sviluppatasi in seguito ai movimenti femministi dello scorso secolo. Lo studio dell'evoluzione della coscienza, però, mette in luce come il femminile sia da sempre stato lasciato in ombra a favore di una razionalizzazione dell'esistenza. Questo accade per via delle sue caratteristiche lunari, le quali l'hanno sempre individuata come un essere imprevedibile, magico, altalenante e dunque stregonesco. Una simile natura è inevitabilmente costretta all'isolamento, tale che la solitudine della donna sia vissuta in modo più profondo e intenso. Portavoce di tale riflessione è C. P. Estés, nel cui testo *Donne che corrono coi lupi*³⁴, sviluppa un tentativo di paragone tra gli aspetti femminili e la natura del lupo, facendo luce sull'intraprendenza del femminile, come elemento determinante: madre, nutrice e allo stesso tempo cacciatrice selvaggia, può mostrarsi allo stesso modo amorevole e distruttiva, esattamente come la Grande Madre dei culti primitivi.

A qualunque genere sessuale si appartenga è fondamentale per il recupero della propria individualità confrontarsi con se stessi, nel modo e con l'atteggiamento che si ritenga più opportuno, ma tenendo bene a mente che l'unico vero alleato per questo percorso è la solitudine e con essa, inevitabilmente anche il silenzio.

La ragione per la quale l'uomo contemporaneo ha perso la connessione con se stesso si può ricercare, infatti proprio nell'assenza del silenzio provocata dal frastuono degli ambienti cittadini e dalle relazioni di superficie, nelle quali la condivisione di contenuti banali e collettivi si rivela l'unico modo per sfuggire alla solitudine.

Il silenzio invece è essenziale perché si possa tornare ad ascoltare la voce profonda dell'interiorità prima che si elevi a tal punto da manifestarsi sotto forma di nevrosi. Dove ricercarlo è semplice: tuffandosi costantemente nella natura. Non è importante se nei sentieri di montagna, negli ambienti boschivi, sui fiumi o a contatto col mare, l'importante è non trascurare questi luoghi che sono i soli a ricordarci i naturali cicli vitali e a mostrarci la nostra vera essenza.

1.4 La figura del maestro

Sebbene la storia dell'Occidente abbia fatto esperienza, fin dai suoi albori, dell'importanza della figura del maestro, la società contemporanea è molto lontana da tale concezione, opponendo una

³⁴ Cfr. *Op. cit.*, trad. it. Frassinelli, Milano, 2009

figura con tratti fortemente spirituali, con una che abbia la connotazione del leader carismatico, ossia un individuo con grande capacità di acquisire consenso da parte della massa.

Il maestro però, inteso in un rapporto inevitabile con l'allievo è ben lontano da questa connotazione, tant'è che alcuni degli esempi più noti, demarcano l'esigenza di un rapporto esclusivo tra due individui. Si pensi per esempio agli antichi filosofi Socrate e Platone, attraverso i quali veniamo a conoscenza, per la prima volta della pratica dialogica tra due personalità che mettano in luce, ciascuno, la propria individualità; allo stesso modo avvenne per Agostino, il quale si avvicinò alla ricerca spirituale grazie al contributo di Sant'Ambrogio, vescovo e suo mentore. Per tutto il Medioevo, poi, il maestro è custode dell'idea dell'uomo dotto, il cui ruolo veniva riconosciuto a livello sociale attraverso l'abito da questi indossato. Fino a quel momento, la conoscenza non si discostava di molto da una formazione religiosa tant'è che coloro che potevano dedicare la propria vita allo studio erano tendenzialmente vescovi e sacerdoti.

Con l'avvento del protestantesimo e la conseguente secolarizzazione, dovuta alla rivoluzione scientifica e il sempre più ampio interesse nei confronti della pensiero razionale, avviene un cambiamento radicale nei confronti della spiritualità, tale che il maestro venga sostituito dalla personalità di spicco, la quale si differenzia dalla collettività per via della capacità d'interrogarsi sulle questioni legate agli aspetti speculativi dell'esistenza, ossia allo junghiano Spirito di questo tempo³⁵.

Oggi dunque, in un mondo totalmente razionalizzato e allontanato dalla dimensione profonda, pensare a un individuo che dedichi la propria esistenza alla riflessione e alla formazione spirituale, oltre che culturale, sembra una realtà pressoché priva di significato.

Fortunatamente, esiste un sapere che si tramanda nei secoli, apparentemente segreto e sotterraneo, che accomuna tutti coloro che per una spiccata sensibilità, s'avviano al percorso d'individuazione. Ed è proprio all'interno di un simile percorso che la figura del maestro può manifestare la propria essenza tradizionale. Per certi versi, tale immagine può essere paragonata allo sciamano, colui che è in grado di connettersi con gli spiriti e di comprendere a quale punto della loro esistenza si trovano gli individui che lo consultano, attraverso una forte capacità intuitiva, più vicina al divino piuttosto che a una funzione umana, spiegabile razionalmente. Ma lo sciamanismo è una realtà più affine al mondo orientale, che non al mondo occidentale, come conseguenza all'ancora attuale unione delle sfere spirituale e materiale, tale da concepire l'individuo come una complessa totalità.

Lo stesso atteggiamento viene assunto oggi dallo psicologo del profondo, il cui compito è quello di conoscere il proprio paziente e comprendere fin dal primo momento in quale modo procedere

³⁵ Per approfondimento sul concetto di Spirito del tempo, si veda C. G. Jung, *Il Libro Rosso*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2009 e B. Nante, *Guida alla lettura del Libro Rosso di C. G. Jung*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2012

affinché la terapia sia funzionale alla ricostruzione di una personalità sana. Nel saggio *Principi di psicoterapia pratica*³⁶ Jung opera una distinzione tra le due modalità predominanti dell'indagine psichica: la prima viene definita interpretazione analitico-riduttiva, mentre la seconda sintetico-ermeneutica. Il primo approccio viene utilizzato nel caso di un paziente la cui libido – intesa come energia vitale o interesse nei confronti di oggetti – è rivolta costantemente verso reminiscenze infantili e in queste fossilizzata; il secondo approccio può essere utilizzato nel caso di pazienti con parti di personalità con buone possibilità di sviluppo, ma tuttavia bloccate ad uno stadio infantile. Nel caso di un paziente del primo tipo, molto spesso la terapia consiste semplicemente in un supporto nella ricerca di una sana dose di buon senso, usando suggerimenti e buoni consigli acquisiti nella formazione psicologica; nel caso invece di una personalità complessa e spiritualmente superiore il terapeuta deve necessariamente deporre le proprie competenze tecniche, lasciando che sia unicamente la propria personalità a fungere da punto di riferimento per il paziente. In questo modo nasce un rapporto dialogico di scambio, attraverso il quale, entrambe le persone sono coinvolte, ma la terapia non consiste in una vera e propria guarigione, quanto, piuttosto nella scoperta consapevole di quali nevrosi agiscano sulla personalità del paziente consultante. Nella costruzione di un simile rapporto, l'analista si fa guida per il futuro cammino in solitaria del paziente; perciò si mette a disposizione affinché il paziente acquisisca gli adeguati strumenti per affrontare il processo d'individuazione, ossia – come ho ampiamente sviluppato più sopra – la via che conduce a divenire chi realmente si è.

Ho citato questo particolare relativo alla terapia junghiana perché ritengo la figura dello psicoterapeuta l'unico possibile sostituto della figura del maestro di stampo tradizionale, nonostante, nell'antica concezione, il maestro non abbia direttamente il compito di curatore, bensì di colui che sappia illuminare il nuovo sentiero da intraprendere senza intromettersi nel percorso dell'allievo.

Probabilmente maggiore vicinanza si può trovare nella controversa figura del maestro orientale, la cui integerrima personalità stimola l'allievo affinché trovi da sé il proprio maestro interiore. Controversa proprio in questo senso, poiché difficilmente il maestro in oriente possiede qualità paterne; egli rivela, piuttosto, la durezza della disciplina, di qualunque essa si tratti. Si pensi ai racconti riportati da Suzuki nella sua *Introduzione al Buddismo Zen*³⁷, nei quali si percepisce immediatamente la fermezza di tali individui che per far accrescere l'acume degli allievi talvolta non rispondono agli interrogativi sciocchi e replicati oppure utilizzano un bastone attraverso cui risvegliare la conoscenza intuitiva ed infine confondono gli allievi con quesiti contraddittori. Tutto questo accade affinché ogni allievo sviluppi il proprio modo di concepire lo Zen, allo stesso

³⁶ *Op. cit.* in Opere vol. 16, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1981, pp. 3-24

³⁷ *Op. cit.*, trad. it. Ubaldini Editore, Roma, 1970

modo dello psicanalista che indirizza verso l'individuazione.

A differenza di quanto accade in Occidente, il maestro orientale è ben consapevole di non poter educare gli allievi senza esserlo stato egli stesso in prima persona. Così, sovente accade che prima di divenire tale, il maestro trascorra un lungo periodo di isolamento, durante il quale sperimentare la disciplina di cui, solo successivamente, potrà farsi portavoce. Scrive in proposito Suzuki: «L'idea non era di praticare l'ascetismo ma di 'maturare' il proprio carattere morale, secondo le personali necessità. Molte sono le serpi e le vipere in agguato sulla veranda e se non si è tanto abili nel scacciarle, esse ergono ferocemente il capo e l'intero edificio della cultura morale rischia di precipitare in un sol giorno».³⁸ Una delle priorità del maestro dunque riguarda la capacità di comprendere se coloro che si avvicinano all'insegnamento sono realmente intenzionati ad innalzare il proprio spirito maturando anch'essi dal punto di vista morale; altrimenti, oltre a rivelarsi un inutile spreco di energie, anche la disciplina rischierebbe di essere interpretata in modo scorretto, come è accaduto nel caso della New Age. In questo senso puntualizza ancora Suzuki: «Per certi versi, questo genere di educazione monastica tipico della Zando, è indubbiamente fuori dal tempo; ma i suoi principi-guida come la semplificazione della vita, la repressione dei desideri, il risparmio dall'ozio di ogni momento di vita, l'auto-efficienza e ciò che viene definito la "segreta virtù", echeggiano in ogni dove e in ogni tempo».³⁹

È proprio dall'apprendimento di questi punti fondamentali che ha seguito il processo d'individuazione, altrimenti la morale personale si trasformerebbe in uno scaltro tentativo di ottenere benefici in una vita futura o nell'aldilà, che nulla hanno a che vedere con il divenire ciò che realmente si è di cui parla la psicologia del profondo.

Come si può notare, seppur molto marginalmente - dato il rapido accenno cui seguirà un capitolo di approfondimento - lo studio della psiche, così come Jung lo ha inteso, e l'Oriente in senso lato, portano in grembo le sementi dello stesso frutto che, con storie ed evoluzioni differenti, hanno sviluppato aspetti molto distanti, che nella sostanza si somigliano notevolmente.

In altri termini, sembra che la storia dell'Occidente sia passata dalla conoscenza profonda della spiritualità per evolversi, in seguito, attraverso una consapevolezza razionale di tali concezioni, per riscoprire soltanto secoli dopo, che infondo nulla si è modificato nelle profondità dell'animo umano. L'Oriente, invece, ha mantenuto intatta la propria tradizione molto più a lungo, senza l'esigenza di doverla trasformare in un sapere 'scientifico'; e tutt'oggi, nonostante sia una realtà globalizzata, basa ancora la propria cultura sulla dottrina spirituale tradizionale, come fosse la linfa vitale di quel mondo.⁴⁰

³⁸ *Ibidem*, p. 128

³⁹ *Ibidem*, p. 129

⁴⁰ Cfr. H. Keyserling, *Diario di viaggio di un filosofo. L'India*, trad. it. Neri Pozza, Vicenza, 2002

Da quell'universo l'uomo occidentale molto avrebbe da imparare e lo stesso Jung ha compreso nel profondo i capisaldi di quel sapere, provando a farlo proprio e portandolo anche nello studio della psiche.

Ma prima di rivolgere la mia attenzione all'Oriente, vorrei concludere la prima parte della trattazione cercando di proporre un'alternativa all'atteggiamento occidentale: il ritorno alla vita semplice come precetto morale.

1.5 Ritorno alla vita semplice nella società contemporanea

L'idea del vivere semplice appartiene all'uomo occidentale fin dall'antichità, nonostante questi non ne sia mai stato consapevole. Basti pensare alla letteratura greca e romana per rendersi conto che l'uomo delle origini ha sempre riflettuto sull'essenza della vita stessa, piuttosto che investire le proprie conoscenze nello sviluppo della tecnica. L'età dell'oro, tanto cara ai romani, potrebbe rappresentare ciò che Suzuki afferma riguardo i principi guida del Buddismo Zen: un vivere basato sulla semplificazione, sull'auto-efficienza e sull'ozio nel suo senso spirituale. Una simile dimensione non si discosta di molto dall'idea di mondo sognante di cui racconta Jung nel suo saggio relativo al viaggio in India.⁴¹ Si tratta di un *way of life* che dona ampio spazio agli aspetti inconsci degli individui, mantenendo viva la parte arcaica.

L'avvento del Cristianesimo, con la sempre maggiore repressione degli istinti ha condotto l'Occidente all'inevitabile sviluppo della conoscenza razionale, confinando lo Spirito nella dimensione ultraterrena. In questa prospettiva possono essere lette le gesta eroiche della storia europea: la costruzione di fortezze e templi, città, ponti e strade, la presa di coscienza di possedere un nome che identificasse un determinato individuo, la scoperta di vivere in una precisa località, sono tutti fatti che dimostrano l'esigenza di costruire una splendida cornice all'uomo occidentale, il quale necessita di vedere le proprie qualità proiettate nel mondo esteriore e materiale, poiché carente nella fiducia in se stesso. Tale evoluzione ha fatto sì che si sviluppasse il concetto di 'storia lineare', del quale è parte costituente l'esigenza di interessarsi alla registrazione dell'inizio e degli sviluppi dei fenomeni, mirando ad un fine che faccia sperare in un futuro migliore.

Quel futuro migliore tanto auspicato, si traduce oggi, però, nella semplificazione delle comunicazioni e in tutte le altre comodità della nostra epoca: idee nate con lo scopo di risparmiare del tempo, tuttavia rivelatesi tremendi mezzi che riempiono il tempo a tal punto da non averne per nulla, trasformando l'individuo in un vaso costantemente pronto a esplodere sotto forma di nevrosi. Per semplificare, è emblematico l'ampio uso di Internet e dei *social network*

⁴¹ Cfr. C. G. Jung, *Il mondo sognante dell'India*, in Opere vol. 10*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1998

della nostra epoca che sottraggono spazio alla fisicità e all'immediatezza delle relazioni umane, provocando una sovrapposizione tra l'essenza individuale e l'*avatar* virtuale. Problematica questa che non va affatto sottovalutata se si vuole pensare al ritorno alla vita semplice di cui non è più possibile fare a meno.

Vivere semplice non significa però ritornare all'epoca medievale o al mondo arcaico, che possiedono certamente molti *pro*, ma altrettanti *contra*; la vita semplice consiste nella rinuncia alla sfera materiale, o almeno a parte di esse, per recuperare invece quella spirituale. Tuttavia, auspicare a una simile dimensione implicherebbe la rinuncia di una felicità, probabilmente fittizia, ma tangibile, a favore di qualcosa di invisibile, basato sulla fede e la devozione. E, a meno che non si possieda già una buona dose di spiritualità e con essa la capacità di pensare la vita come qualcosa degno di essere vissuto, la ricchezza materiale avrà sempre maggiore attrattiva.

Detto ciò, resto fermamente convinta che l'uomo contemporaneo necessiti del recupero di tale dimensione affinché possa trovare maggiore serenità. Non si tratta di rinunciare alle grandi scoperte che costantemente affiorano in campo tecnologico e scientifico-medico, quanto piuttosto di viverle con consapevolezza, tenendo presente che il progresso non è e non sarà mai in grado di cambiare le sorti dell'umanità, che per sua natura è destinata a perire e per questo a interrogarsi sul senso della vita. Forse quanto detto non è problematica di chi vive la prima parte della propria vita, ma lo diventa inevitabilmente per chi più si avvicinerà al termine dei propri giorni.

Dunque perché non rimpossessarsi subito di quella dimensione profonda che è costantemente pronta a fare irruzione nella mente degli individui? Quel che propongo non significa una vita di stenti o sofferenza, che infondo sono i più immediati generatori di spirito; intendo piuttosto una riflessione costante relativa alle necessità materiali, provando a comprendere se si abbia davvero bisogno di ciò che l'industria pubblicitaria continua a propinare, mostrando quanto siano indispensabili beni di cui si può senza alcun dubbio fare a meno. Credo, inoltre, che rinunciare con consapevolezza a ciò che di fatto non serve a nulla, stimoli enormemente la creatività, facendo sviluppare capacità manuali sovente sconosciute all'uomo di oggi.

Quando Jung, nel 1941, compilò un questionario inviato ad alcune eminenti personalità svizzere, da parte della redazione di *Du: Schweizerische Monatszeitschrift*, relativo al ritorno alla vita semplice, affermava: «Senza uno stato di necessità, alla massa non verrebbe mai in mente di ritornare ai “tesori della civiltà”. [...] Civiltà significa essenzialmente continuità e prevede un'ampia conservazione dell'antico; la ricerca del nuovo invece crea inciviltà e sfocia in pura

barbarie». ⁴² Nulla è cambiato da allora, anzi, la situazione si è fatta addirittura più complessa e inquietante; tuttavia senza un tentativo di recuperare ciò che di arcaico e istintuale esiste nell'uomo, l'unica soluzione perché la specie umana possa sopravvivere sarà quella di insediarsi in un nuovo pianeta - idea peraltro non lontana dall'essere realizzata – destinato però alle stesse sorti della Terra.

Nonostante quella descritta sia una catastrofe di dimensioni immani - ma reali, secondo gli studi scientifici in materia - appare come una realtà molto lontana dal venire e per questo l'uomo di oggi non ne è affatto terrorizzato. Ritengo perciò, che proporre una visione così tremenda non sia la soluzione per tentare un nuovo approccio alla dimensione spirituale, poiché lo Spirito diverrebbe ciò che è stato per secoli: una legge morale con il volto di Dio nel quale avere una fede cieca. Vivere spiritualmente significa, piuttosto, assumersi la responsabilità di se stessi con la consapevolezza degli obblighi nei confronti della collettività e per questa ragione, tale istinto non può provenire da una decisione razionale della massa, bensì dalla profonda essenza del singolo.

Rispetto all'individualità, però, l'Occidente ha sempre avuto qualche remora, ritenendola un atteggiamento egoistico e distante dalla sacralità del collettivo. Così, come già Jung aveva supposto nell'ampio corso dei suoi studi, il ritorno alla vita semplice e alla spiritualità può avvenire attraverso la scoperta della psicologia del profondo e grazie al contributo della filosofia orientale. Dunque ancora una volta l'Oriente si rivela, nello studio della psiche, come una sorta di *speculum* entro il quale provare a scovare ciò che è andato perduto nella nostra cultura materialista e artefatta.

⁴² Cfr. C. G. Jung, *Ritorno alla vita semplice*, in Opere vol. 10**, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1998

CAPITOLO II

L'Oriente. Una guida al recupero dello Spirito

2.1 Spiritualità orientale e psicologia del profondo

Prima di addentrarmi nel vivo dell'analisi di analogie e differenze tra mondo occidentale e cultura orientale, ritengo necessario prendere alcune precauzioni. La più importante in assoluto riguarda il concetto di Oriente. Il mondo occidentale, per quanto vasto si mostri, è fondato sulla bibbia ebraico-cristiana e sulla cultura greco-romana, le quali hanno determinato la scissione tra dimensione religiosa e pratica e, hanno costituito, sostanzialmente, la base di quell'idea di storicità lineare e di progresso tanto care alla modernità. Un quadro tutt'altro che semplice, ma certamente più immediato, in quanto rappresentativo della quotidianità di ciascun uomo dell'Ovest; nonostante ciò, l'interpretazione dell'Occidente risulta piuttosto complessa all'occhio di colui che vi appartiene, poiché incapace del distacco e della capacità d'osservazione necessari per un commento critico. Lo studio della cultura d'Oriente, dunque, può risultare utile a tale scopo: distante a livello spaziale e decisamente più antica e multiforme rispetto a quella occidentale, rivela le radici di un sottosuolo comune a tutti gli individui. Se da un lato è il monoteismo a farla da padrone, dall'altro troviamo svariate forme di spiritualità, che convivono una accanto all'altra, senza tentativi di prevaricazione. Come trovare allora un comun denominatore per il termine 'Oriente' in una simile molteplicità? Sappiamo che alcuni tra i testi più antichi, come le *Upaniṣad*, la *Bhagavadgītā* o il *Tao tē Ching*, hanno provenienze differenti, ma l'origine parrebbe più o meno comune dal punto di vista temporale; tuttavia gli insegnamenti contenuti in tali testi possiedono un modo di concepire la spiritualità che cambia nella forma e nell'espressione, ma non nel senso. A questo proposito è possibile parlare di Oriente in termini generici a patto che si tengano presenti due regole fondamentali: la prima è che nessuna delle religioni presenti può ritenersi davvero tale, poiché non fondata sulla figura reale o mitica di un essere umano o divino; la seconda, invece, riguarda l'assenza di un contenuto dottrinale unitario e di conseguenza non vi è presenza di dogmi. L'induismo, più che una religione, deve essere considerato come una «cultura in senso antropologico, cioè un insieme di tradizioni, usi, valori, credenze, trasmesso, trasformato e accresciuto, attraverso le generazioni, tra quelle genti dell'India che, per scelta personale o per educazione familiare, non hanno aderito ad altre tradizioni spirituali».⁴³ Lo stesso accade per il Tao, il quale rappresenta la forza unificante che vince ogni allontanamento dai fondamenti della vita; non una credenza, ma un modo di concepire

⁴³ G. R. Franci, *L'induismo*, trad. it. Il mulino, Bologna, 2005, p. 11

l'esistenza, profondamente legato ad una forza incontrollabile che mira unicamente al proprio compimento.

L'avvento dell'economia globale ha inevitabilmente compromesso parte di questa concezione dell'Oriente, diffondendo l'idea di evoluzione scientifica, tecnologica ed economica dell'Occidente anche in luoghi che possiedono un'antichissima storia culturale; tuttavia l'essenza della spiritualità orientale continua ad essere la stessa. Ciò accade perché l'Oriente, con la sua storia millenaria ha sempre mantenuto vivo lo spirito della tradizione in ogni momento dell'esistenza di ciascun individuo, in quanto esperienza individuale. L'Occidente, al contrario, come è ormai noto, ha da sempre scisso la dimensione della vita spirituale dalla moralità, dal diritto, dalla legge e dal dovere, impedendo che una sfera dialogasse con l'altra, a tal punto da poter essere perfetti cattolici praticanti, ma dei mascalzoni dal punto di vista morale.

Per meglio comprendere, proverò ora a rivolgere la mia attenzione, nello specifico al mondo induista. Innanzitutto è bene specificare che il termine 'induismo' proviene dal persiano *hindû*, che identifica tutti gli indiani non convertiti all'islamismo. In realtà, però, non è questo il nome indiano tradizionale dell'induismo: gli induisti prediligono il termine *sanātana dharma*, il cui significato trova difficile traduzione in una cultura assai distante da concetti così vasti. *Sanātana* significa 'duraturo', 'perenne'; *dharma* invece, non trova un corrispettivo univoco nella nostra tradizione, e ha assunto il significato di 'verità spirituale' o «l'insieme delle verità spirituali, che sovrasta, come principio di ordine supremo, il fluire del tempo».⁴⁴ In sostanza, l'induismo si manifesta come una filosofia i cui capisaldi restano perenni, ma non esclude spinte verso l'innovazione, come nuove idee, dottrine e nuovi culti, che rivelano un tentativo di conservazione più di sostanza che di forma. La sensazione è che la devozione nei confronti del passato sia assolutamente costante, ma ciò non implica la possibilità di donarle nuovi significati totalmente estranei originariamente, reinterpretati secondo le necessità del contesto storico-culturale.

Non ho mai visitato l'India personalmente - e me ne rammarico dato il grande interesse che da sempre mi ha attirata verso quella strana cultura - ma chiunque vi sia stato sostiene percepirsi immediatamente la base della tradizione indù. Gli scritti di Zimmer, Campbell, Jung ed Eliade offrono la stessa visione da un punto di vista intellettuale, seppur raccontino della realtà di un secolo e mezzo fa. Ma a stupire è che anche coloro che non hanno affatto una preparazione culturale, avvertono l'essenza di quel che più sopra ho inteso con il termine Oriente.

Il *dharma* è la linfa vitale dell'Oriente e, per quanto vi sia uno sviluppo economico sempre maggiore, esso resta alla base dell'induista, che in nessun modo riuscirebbe ad adattarsi alla dimensione sacra dell'Occidente. Le religioni del Libro si presentano come verità rivelate da Dio

⁴⁴ *Ibidem*, p. 12

ad alcuni uomini straordinari, i quali hanno ritenuto necessario esprimere la conoscenza acquisita, sotto forma di narrazione. Il linguaggio è senza dubbio simbolico, ma fin dalle origini la religione si è sovrapposta al potere e con esso inevitabilmente alla politica. Si pensi, per esempio all'Editto di Costantino, che per primo ha imposto il Cristianesimo come religione dell'Impero: una simile condizione nega definitivamente la possibilità di conoscere e comprendere l'essenza del simbolismo cristiano, dando vita a un elenco di regole morali ben lontane dal significato profondo della rivelazione originaria. In altri termini, l'esperienza spirituale interiore di alcuni individui è stata canonizzata e trasformata in un codice che stabilisse il comportamento morale esteriore, tale da sottoporre l'uomo al giudizio unico e definitivo di Dio. La religione dell'amore, quale dovrebbe essere il Cristianesimo, diviene così la religione del bene assoluto, senza lasciare che gli aspetti negativi dell'esistenza possano emergere. Eppure come può esservi luce senza ombra? Il positivo senza il negativo? Da un punto di vista psicologico, l'esaltazione del bene ha escluso dall'esistenza il male, relegandolo nelle profondità dell'inconscio, e trovando sfogo in tutti gli atteggiamenti irrazionali e immorali propri di chi non ha consapevolezza della propria Ombra. Ciascun individuo nella propria esistenza si troverà a fare i conti con gli aspetti più istintuali di sé e la soluzione a questa problematica, se così è possibile definirla, non può essere la soppressione, bensì l'integrazione, ossia la conoscenza e l'accettazione.

Se il Cristianesimo si è fatto portavoce del bene assoluto, non bisogna dimenticare ciò che si trova scritto nell'Antico Testamento, nel quale è lo stesso Dio a possedere qualità positive e negative: scatena guerre, carestie, mette alla prova l'uomo con esami tutt'altro che semplici, come il sacrificio di Isacco o le infinite disgrazie di Giobbe. E se la divinità, che è bene e male insieme, ha creato l'uomo a sua immagine e somiglianza, come potrebbe aver dimenticato di piantare in esso il seme dell'oscurità? E come potremmo spiegare, altrimenti, tutti gli atti violenti ed estremi che in qualunque epoca si sono manifestati?

L'Oriente potrebbe essere la porta attraverso cui poter comprendere la natura ambigua dell'essere umano, poiché in tale cultura gli opposti convivono con grande serenità. Ma perché ciò sia possibile deve naturalmente esservi una motivazione profonda e una fiducia entro una dimensione spirituale dalla quale non è possibile sfuggire. La ragione di questo atteggiamento quieto di accettazione proviene dalla credenza nella ruota della vita, *samsāra* in sanscrito, attraverso la quale si sviluppa l'idea di *karman*, ossia la legge di retribuzione degli atti compiuti: ogni anima esistente si reincarna con le sembianze di qualunque essere vivente a seconda delle azioni compiute nella vita precedente. «Le azioni sono sempre seme che fruttifica, per lo più in altre vite. Ma in ciascuna di queste, almeno quelle in cui si è in grado di agire, si agirà, gettando altri semi di frutti futuri: ecco perché il processo, a meno che non lo si tronchi liberandosi, è

inesauribile.»⁴⁵ Tale concezione sta anche alla base del sistema delle caste su cui si basa la società indiana e ne spiega anche, per certi versi, la staticità e la mancata rivoluzione proposta da Gandhi, sulla base della dichiarazione universale dei diritti umani. L'organizzazione gerarchica dell'induismo, però, non riguarda soltanto la società; essa trova le sue radici già nella mitologia e ciò fa pensare con tutta probabilità che si tratti di un'esigenza interiore oltre che collettiva. D'altro canto, come non condividere tale pensiero? Infondo anche l'Occidente ha da sempre concepito un'organizzazione gerarchica, sia relativa alle divinità dell'Olimpo, sia, inevitabilmente alla società, nella quale, le classi determinavano la natura professionale degli individui. Si trovano tracce di tale concezione già nella 'Repubblica' di Platone, il quale afferma la necessità di una suddivisione di uomini e attività affinché sia realizzabile il 'buon governo'; ma questo è solo un esempio, poiché tutta la storia occidentale rivela tale meccanismo, come nel caso del Medioevo. È soltanto con il crollo dei valori borghesi di fine Ottocento e con l'avvento della società di massa che l'impostazione gerarchica è andata distruggendosi, diffondendo l'idea di un livellamento sociale che consentisse a tutti gli individui di avere pari diritti e possibilità. Si pensi per esempio alla diffusione del sapere, all'alfabetizzazione, alla canonizzazione dell'istruzione o all'ingresso della tecnologia nelle vite di tutti: tutte queste circostanze hanno provocato un mancato riconoscimento e una fiducia nelle proprie capacità, tali da non riuscire più a manifestare la propria essenza se non attraverso i *trend* del momento.

Per sua fortuna, la spiritualità orientale, che basa l'esistenza dell'individuo sul rapporto personale tra questi e la cosmogonia, non è stata compromessa come quella occidentale e mantiene vivo un approccio critico nei confronti della vita. Da sempre l'India è un paese di asceti e ricercatori spirituali, sia per ragioni di sussistenza – infatti è nota per la sensibilità nei confronti degli asceti mendicanti – sia per trovare un senso al vuoto e al dolore dell'esistenza. Da questi presupposti nasce, da parte dell'allievo l'esigenza di trovare un maestro, il quale, per qualità intellettuali, morali, umane e yogiche, è in grado di trasmettere una sapienza profonda. Inoltre, non sono da sottovalutare le condizioni climatiche di tale continente, che per sua natura rende tutto molto più rallentato. Come sottolineava Keyserling, nel suo diario di viaggio in India⁴⁶, il calore torrido e l'umidità elevata sono assolutamente favorevoli ad un approccio più riflessivo sulla vita, in quanto offrono maggiori possibilità di un'osservazione critica, esattamente agli antipodi rispetto al clima glaciale dei paesi del nord Europa, nei quali è indispensabile il movimento costante affinché il corpo mantenga una temperatura consona.

In ogni caso, con qualunque prospettiva si osservi l'Oriente, non ci si può sottrarre dalla forte spinta degli individui verso la liberazione dal *samsāra*, attraverso il perfezionamento delle

⁴⁵ *Ibidem*, p. 71

⁴⁶ H. Keyserling, *Diario di viaggio di un filosofo. L'India*, trad. it. Neri Pozza, Vicenza, 2002

qualità morali essenziali, ossia la purezza, l'assenza di egoismo e invidia, la tranquillità d'animo, l'autocontrollo e la rinuncia al desiderio di beni. Affinché si raggiunga la perfezione e sia possibile la liberazione dal dolore, è necessaria una disciplina che educi al dominio di sé e che consenta in questo modo una trasformazione profonda e totale. Non è un caso che in tutto il mondo orientale sia enormemente diffusa la pratica dello yoga, il cui significato etimologico rivela in modo evidente lo scopo di questa disciplina. Il sanscrito *yug* significa 'unione, legame', non tanto dell'individuo con l'ente supremo - come sostiene Franci nella sua breve guida all'induismo - quanto piuttosto del corpo materiale con lo Spirito. Lo yoga, in questi termini, si rivela una disciplina psicofisica che interviene sull'uomo consentendogli la possibilità di trasformazione, attraverso la ricerca dell'equilibrio tra gli aspetti materiali e spirituali dell'esistenza e con essi anche un bilanciamento degli opposti in generale. Senza entrare troppo nello specifico della disciplina yogica, che approfondirò in seguito, ritengo evidente che la si possa considerare l'equivalente di tutta la spiritualità orientale protesa verso la perfezione. Oltre allo yoga, però, esistono altre forme di perfezionamento, differenti nel nome ma non nel significato profondo. In Cina, per esempio, la pratica dello yoga è molto meno presente, ma la filosofia del Tao ne è un'ottima alternativa, così come il Buddhismo nelle sue più svariate interpretazioni.

In conclusione, per comprendere tutte le sfumature della cultura orientale è necessario calarvisi al suo interno, vivendo in prima persona gli insegnamenti che tale dimensione offre, poiché la spiritualità d'Oriente è una questione individuale. Con un simile presupposto, però, l'uomo occidentale rischia di scontrarsi, seppur assai attratto, in quanto disabituato alla riflessione su di sé e a un atteggiamento che Jung definirebbe 'introvertito'. Il rischio, dunque, è quello di scendere in una forma di imitazione privata di una ricerca nella propria interiorità, come oggi di frequente accade. In seguito alla traduzione di molti dei testi sacri orientali, le discipline sopracitate sono approdate in Europa e in America e successivamente sono entrate a far parte sempre più diffusamente nei percorsi di *wellness* di palestre e centri sportivi, facendo carta straccia del valore simbolico che esse contengono fin dagli albori in quanto energia vitale per la loro esistenza.

L'unica possibilità per l'uomo occidentale di comprendere nel profondo lo spirito orientale sussiste nella pratica psicanalitica, o meglio nello studio della psiche, non in termini scientifici, ma secondo l'insegnamento che Jung ha trasmesso. In questo senso, la psicologia del profondo può rivelarsi un ponte tra due mondi assolutamente distanti, ma allo stesso tempo contigui, per via della loro origine culturale comune, e anche una possibile via per il recupero di una sacralità di cui l'Occidente ha perso ormai le tracce da tempo.

2.1 Il ponte verso l'Oriente

Ho affermato più sopra che sempre più di frequente l'Occidente si sia appropriato delle discipline orientali per trasformarle in attività sportive, svuotandole dei contenuti profondi che le hanno rese essenziali in Oriente. La diffusione di scuole di yoga e pratiche meditative, così come l'esplosione di un ingente numero di gruppi buddhisti in tutta Europa denotano un particolare interesse verso una dimensione così distante, non soltanto dal punto di vista fisico, ma soprattutto nell'approccio verso lo Spirito. Resta solo da comprendere se tale interesse provenga dall'interiorità dell'occidentale o se si tratti solo dell'ennesimo tentativo di conquista e di possesso di ciò che per sua natura è estraneo e sconosciuto. I tentativi di supremazia dell'Occidente sono ormai noti e caratterizzano la sua storia fin dagli albori, così come gli assalti in cerca di un qualche tesoro tenuto nascosto. Ma quando si tratta di pratiche orientali non sembra così evidente la ragione di tanto interesse.

Provo a supporre due motivazioni: la prima è strettamente legata all'esigenza di ritrovare una dimensione spirituale, che non sia priva di emotività né lontana dallo spirito del tempo, ormai assente nel mondo occidentale per via del fenomeno della secolarizzazione; la seconda, invece, ha natura finalistica. Nonostante l'imperante materialismo scientifico, negli ultimi decenni, l'individuo occidentale ha scoperto in modo sempre più diffuso, l'esistenza di una medicina orientale efficace, in grado di procurare gli stessi benefici, se non addirittura un numero ancora maggiore, rispetto alla medicina canonica. Si tratta di conoscenze antichissime, che concepiscono l'individuo come un'unità di corpo e mente e per questo meno riduttiviste rispetto a quelle occidentali; esse rivolgono invece l'attenzione al dettaglio, al particolare, scindendo nettamente la mente dal corpo, considerandolo come una macchina con caratteristiche predefinite. Tale scoperta, rivelatasi così funzionale, ha scatenato l'esigenza di approfondire la sapienza orientale, non già con l'obiettivo di abbracciarla, bensì con il fine di trovare metodi alternativi per scacciare il problema del declino del corpo superata l'età della giovinezza. Concetto questo, che, per certi versi, potrebbe semplificare in modo efficace l'intera mentalità dell'uomo occidentale, totalmente incapace di confrontarsi con l'idea della morte e per questo intollerante nei confronti del deperimento del corpo, oggetto di un'esistenza basata sull'esteriorità.

Una spiegazione molto poco benevola e anche piuttosto critica, ma credo, allo stesso tempo, emblematica per addentrarmi nella riflessione sull'esteriorità cui è vittima (o artefice) l'occidentale. La supremazia del metodo scientifico, incentrato sulla continua ricerca di cause ed effetti degli eventi che accadono, è manifestazione evidente di una proiezione sul mondo esterno di una realtà tutt'altro che indifferente all'interiorità dell'individuo. La scissione tra spirito e materia, di cui è conseguenza la secolarizzazione e, con essa, la totale fiducia nella ragione, ha

comportato un allontanamento evidente dalla psiche umana, trascinando i contenuti metafisici e spirituali collettivi nei reconditi dell'inconscio ed esaltando il punto di vista soggettivo a discapito di quello comune a tutta l'umanità. Ma, come afferma Jung, il materialista è un metafisico *malgré lui*, poiché «il materialismo scientifico ha introdotto soltanto una nuova ipostasi [...]. Ha dato un altro nome al supremo principio di realtà, presumendo di avere, così facendo, creato qualcosa di nuovo e di avere distrutto qualcosa di vecchio. Ora, chiamando il principio dell'essere Dio, Materia, Energia, o altrimenti, non si è creato niente, si è soltanto barattato un simbolo con un altro».⁴⁷ La mentalità scientifica, dunque, non ha fatto altro che dar adito all'apertura di nuove porte sulla conoscenza, di una vastità che nessuna mente umana sarebbe in grado di possedere totalmente e per questo, ha ad un tratto svelato la propria inafferrabilità. In quest'ottica nulla esiste se non attraverso il soggetto pensante, ma di questo la scienza se ne è completamente disinteressata, troppo impegnata nella trasformazione delle proprie scoperte in affari economici.

Basterebbe soltanto che l'uomo comprenda di essere rinchiuso nella propria psiche, e che tali confini non potranno mai essere valicati, neppure nella totale follia; questo sarebbe sufficiente per ridimensionare le sue manie di grandezza e ricondurlo all'accettazione di essere solo il frutto dell'unione di una determinata personalità inserita in un determinato contesto storico-culturale. Dunque, se per l'Occidente lo spirito rappresenta una funzione psichica attraverso la quale avviene il processo verso la conoscenza, l'Oriente può assolutamente essere d'aiuto nella riscoperta di una spiritualità come principio cosmogonico, ossia come essenza vitale dell'Essere, poiché inconsapevole del conflitto tra fede e ragione. Non vi è nemmeno la concezione di un individuo infinitamente piccolo rispetto al giudizio divino: per l'orientale, infatti, l'uomo stesso è Dio e, per questo, redime se stesso. Affinché tale concetto possa essere meglio compreso è sufficiente porre l'accento sul senso di realtà di queste due differenti sfere: l'Oriente considera il mondo mera illusione, *māyā*, in quanto proiezione della propria capacità immaginativa; la realtà coincide con il mondo interiore e con il percorso che ha come obiettivo la liberazione dalle formulazioni della mente, non già nel mondo esteriore degli oggetti, come invece ritiene l'Occidente, il quale ammette addirittura l'esistenza di cose inconoscibili segregate nell'inconscio prive di senso alcuno e che attendono di essere scoperte. Purtroppo per lui, l'europeo ha completamente perso la capacità di conoscere e comprendere il mondo dei sogni, attraverso i quali, invece, sarebbe possibile verificare che siamo completamente dipendenti dalla nostra psiche. Essa, infatti, è la sola a rappresentare un'unità nella quale sono contenute funzioni logiche, sentimentali e di percezione senza le quali non saremmo in grado di immaginare quel

⁴⁷ Cfr. C. G. Jung, *Commento al "libro tibetano della grande liberazione"*, in Opere vol. 11, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992, p. 493

mondo esteriore che definiamo realtà.

Ciò che lascia ancora più perplessi in qualità di studiosi della psiche, riguarda l'incapacità della psicologia stessa di accettare quel mondo interiore, che è divenuto centrale nella psicologia junghiana. In effetti basta sfogliare i programmi dei corsi universitari in ambito psicologico per farsi un'idea di quale sia l'orientamento di tali studi: la medicalizzazione a cui si sono assoggettati costringe a pensare la psiche come un organo da trattare come tutti gli altri secondo il principio per il quale a ciascun sintomo corrisponde una specifica patologia. Il 'manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali', meglio noto come DSM, ne è un esempio alquanto inquietante. In accordo con il pensiero junghiano, ritengo che ciascun individuo abbia peculiarità non paragonabili a quelle di nessun altro e, per questo, ogni manifestazione psicotica dovrebbe essere considerata come caso singolo e irripetibile, in quanto conseguenza di un singolare ambiente evolutivo. In questo senso i sogni si rivelano così fondamentali nella terapia, poiché costellano il paziente nella sua identità inconscia, rivelando informazioni che la sua stessa coscienza non è in grado di conoscere.

Nonostante il metodo di Jung sia ormai assodato e si sia rivelato efficace in un numero ingente di casi, rimane pur sempre un approccio di nicchia, sia dal punto di vista del terapeuta, sia da quello del paziente, poiché prevede una buona capacità di apertura mentale, tale da essere capaci di andare oltre i retaggi religiosi e morali e la totale fiducia riposta nella scienza, che costringono l'uomo a comportamenti standardizzati. L'importanza che Jung stesso manifestò nei confronti del mondo arcaico e delle forme culturali e culturali più disparate rivela una curiosità nei confronti dell'umanità che va oltre la cura finalizzata al reinserimento nella società di pazienti guariti. Guariti da quale malattia? Forse dall'innata potenza creativa che il mondo moderno non ammette come possibilità? Non dobbiamo dimenticare che la narrazione mitologica appartiene al mondo occidentale così come al mondo orientale ed è proprio quell'ambito che bisognerebbe indagare perché l'esistenza acquisisca un valore più profondo.

In conclusione, la psicologia del profondo si rivela un ponte verso l'Oriente, poiché ridimensiona l'uomo e lo conduce alla conoscenza della sua enorme forza interiore, mostrandogli come sia egli stesso il centro dell'universo e non una divinità, peraltro di sua creazione, al cui giudizio essere inesorabilmente sottoposto. L'idea del peccato originale, come colpa da espiare per tutta l'esistenza, è un carico troppo grande per coloro che non sono in grado di viverla come una necessità verso la via della conoscenza; per questo Jung, in qualità di esperto conoscitore della cultura occidentale, ha tentato in tutti i modi possibili di rivelare che la vera malattia mentale dell'uomo contemporaneo ha origine nella religione e la cura consiste proprio nella scoperta dei retaggi presenti nella società contemporanea, affinché siano superati e da questi nasca la possibilità di creare nuovi sistemi spirituali. Nei seminari sulla psicologia del Kundalini-yoga

del 1932, egli spiega come la psicologia del profondo potrebbe rivelarsi l'inizio della creazione di un nuovo sistema di valori spirituali, del tutto occidentale, che tenga conto delle affinità con il tantra yoga indiano. Il vero problema dell'Occidente, come ho già affermato, è quello di non cadere nell'imitazione della filosofia yoga, poiché si rivelerebbe incomprensibile a causa del suo valore transpersonale sviluppatosi nel corso dei secoli. L'europeo dovrebbe giungere a questo genere di conoscenza prima di poter entrare nel vivo di quelle concezioni; invece la sua mentalità prevede che l'unica conoscenza possibile sia quella personale perché dimostrabile. Il ruolo della psicologia analitica dovrebbe essere quello di riportare l'individuo ad una conoscenza distaccata dall'Io, rimettendolo a contatto con quella dimensione archetipica e collettiva che gli è propria. Jung chiama tale processo 'oggettività psichica' e prevede la presa di coscienza dell'esistenza di cose universali e impersonali all'interno della psiche di cui non si è responsabili in alcun modo; quando la presa di coscienza si diffonde tra le persone, nel giro di qualche secolo potrebbe sorgere una nuova forma di spiritualità condivisa, proprio come è accaduto con la simbologia del cristianesimo. L'immagine di un uomo divino che salvasse l'umanità attraverso le sue verità era un'esigenza condivisa, esattamente come lo era per il Buddha in India; la differenza sta nella capacità dell'Oriente di aprirsi continuamente a nuove conoscenze spirituali, che impediscano a quelle verità rivelate di trasformarsi in dogmi, al contrario dell'Occidente che ha spremuto fino all'ultima goccia l'essenza vitale del Cristianesimo, privandolo di quel valore simbolico necessario affinché una religione possa continuare a essere la risposta agli interrogativi profondi sulla vita.

Secondo Heuer, interlocutore di Jung nei seminari sullo yoga, la psicologia del profondo sta lavorando in questa direzione: «Dovete paragonare il lavoro preparatorio, che ora viene fatto dalla psicologia analitica, con gli stadi dello yoga quattro o cinquecento anni prima che diventasse un sistema. [...] Ciò che sta facendo la psicologia analitica è stato fatto dai pensatori e dai bramini che vissero circa cinquecento anni prima di Buddha. [...] Si sono andati accumulando sempre più numerosi frammenti di comprensione, finché non è apparsa una grande mente che ha creato il sistema con la funzione di infondere ordine nelle menti o nelle anime dell'epoca».⁴⁸ Si tratta di attendere che sia il tempo giusto perché tale concezione si diffonda e quella grande mente dia forma al nuovo sistema di valori. La ricerca da parte dell'Occidente di emulare le discipline orientali potrebbe contenere in sé il seme inconscio di tale processo. Infondo, all'incertezza materiale del nostro tempo è necessario rispondere attraverso la fede in una dimensione più elevata, perché si possa vivere un'esistenza più serena; l'importante però è dare origine a un sistema che corrisponda alla mentalità occidentale, altrimenti sarebbe come

⁴⁸ Cfr. C. G. Jung, *La psicologia del Kundalini-yoga*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2004, p. 139

trasferire un dogma preconfezionato, imponendolo a una mente che non è in grado di comprenderlo. Non avrebbe certamente lunga vita.

A distanza di un secolo, circa, dagli scritti di Jung, sembra che la comune psicologia si sia distaccata parecchio dalla dimensione spirituale, ma la percezione che sempre più persone s'interessino ai processi interiori appare abbastanza evidente, soprattutto nel caso dei più giovani, i quali non possiedono alcuna certezza futura, se non quella di poter costruire la propria forza interiore. Una forza che abbia come fondamenta la libertà di essere ciò che realmente si è destinati a essere, uscendo da quegli schemi che vanno distruggendosi via via, nel corso dei decenni.

È un'epoca di transizione, la nostra, nella quale probabilmente è necessaria la distruzione degli antichi valori, prima che il nuovo possa venire. Ma come è ormai noto, nulla di nuovo può venire nella società, se prima non si concretizza nella psiche dei singoli individui. Dunque è necessaria una sensibilizzazione nei confronti dello studio della psiche, che non può ridursi alla cura di malattie mentali, bensì divenire un atteggiamento nei confronti dell'esistenza, una crescita, un cammino, *'der Weg des komenden'*⁴⁹, la via di quel che ha da venire.

2.3 Lo yoga e l'*unio mystica*

'Yoga' è un termine generico che, come nel caso di 'Oriente', contiene in sé una molteplicità di *darçana*, concetto che, in sanscrito, identifica un punto di vista, una visione, una comprensione, una dottrina. Dunque, come suggerisce Eliade, non è possibile parlare di Yoga se prima non si sia specificato di quale yoga s'intenda occuparsi.⁵⁰ Esistono uno Yoga classico, uno popolare, uno ascetico ed infine il suo contrario, uno Yoga erotico. Per evitare ogni tipo d'incomprensione, svilupperò questa parte di trattazione provando a risalire all'origine comune di queste differenti manifestazioni della disciplina yogica, poiché l'intento qui, non sarà quello di sviluppare un trattato vero e proprio sullo yoga, ma quello di offrire uno stimolo verso la ricerca di un sistema che possa mescolarsi alla mentalità occidentale, impedendone ogni tipo di forzatura.

Innanzitutto è necessario illustrare il significato del termine Yoga - la cui origine semantica è il sanscrito *yuj*: 'legare assieme', 'tenere stretto', 'mettere sotto il giogo' - il quale indica una tecnica di ascesi e un metodo di contemplazione, che si pongono come obiettivo il congiungimento dell'anima umana con l'anima divina. In tale affermazione sono contenute alcune indicazioni preziose: osserviamo quali. Il primo significato di *yuj* mette in luce la necessità di un legame, un'unione che implica necessariamente un distacco o una rottura preliminare; ma

⁴⁹ Cfr. C. G. Jung, *Il Libro Rosso*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2010, fol. I (Jung, scrisse il Liber primus sulla base dei manoscritti medievali, i quali erano numerati per fogli e non per pagine.)

⁵⁰ Cfr. M. Eliade, *Tecniche dello yoga*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1952, cap. 1, Le dottrine

a quale genere di separazione si faccia riferimento non è molto chiaro. Afferma Eliade: «*l'unio mystica* non può verificarsi se non ci si è preventivamente «distaccati» dal mondo, se non si comincia col sottrarsi dal circuito cosmico: senza di che né riusciremmo a ritrovarci e neppure ad «autodominarci»». ⁵¹ In termini psicologici, ritengo si tratti di quella che Jung definisce ‘presa di coscienza’ dell’individuo, in quanto essere dalle molteplici sfaccettature, e del suo esistere nel mondo, senza la quale non sarebbe nemmeno comprensibile cosa sia necessario legare insieme e tenere, successivamente, unito. Ho più volte riportato che la psiche umana rappresenta una totalità di cui l’uomo è sovente inconsapevole: scoprire la propria anima, ossia il principio vitale che tutto muove, implica necessariamente la scoperta di un’anima divina, ossia di un principio spirituale, insito nell’uomo stesso. Jung lo ha denominato il Sé; l’Oriente tende a chiamarlo Atman o Puruṣa, ma l’essenza è equivalente e rappresenta la meta alla quale tendere durante tutto il percorso di ascesi e d’individuazione. Nel secondo significato del termine yuj, vi è una sorta di esortazione a tenere stretto ciò che si è legato assieme, come a indicare che, ogni scoperta fatta e ogni obiettivo raggiunto nel viaggio verso la ricerca della propria dimensione sacra, non debbano essere né oltrepassati con atteggiamento presuntuoso, e neppure sfruttati con malignità; ciò che ci viene consigliato è di portarli con noi, in una tasca segreta, come fossero pietre preziose o brillanti che non v’è ragione di mostrare per apparire, ma pur sempre consapevoli del valore che possiedono e di cui ci hanno arricchito. Infine, nel terzo significato del termine, ‘mettere sotto il giogo’, è posto l’accento sullo sforzo che l’uomo deve compiere affinché l’equilibrio raggiunto di volta in volta, permanga. Tale sforzo è quello relativo all’autodisciplina, all’autodominio, attraverso cui soli, è possibile raggiungere la concentrazione necessaria alla contemplazione dello spirito, il *Samādhi*. Se volessimo a tutti i costi trovare un equivalente nella psicologia analitica, potremmo definire tale stato come la capacità dialogica costante di coscienza e inconscio, senza prevaricazione alcuna. Il problema riguarda l’atteggiamento razionale dell’Occidente, il quale prenderà sempre il sopravvento, nel tentativo di trovare un senso alle esperienze oscure dell’inconscio. Soltanto nella pratica dell’immaginazione attiva, Jung ha scoperto la straordinaria capacità dell’europeo di mantenere un equilibrio tra le due sfere psichiche. ⁵² Grazie a questa tecnica egli ha scritto il Libro Rosso, la grande opera attraverso cui comprendere il professor Jung come individuo e in qualità rappresentante dell’umanità di buona parte del XX secolo.

⁵¹ *Ibidem*, p. 20

⁵² L’importanza della facoltà immaginativa consiste nel suo essere uno strumento estremamente importante per il processo di unificazione della personalità, seppur da sempre considerata negativa dalla cultura della ragione. Essa ha la capacità fondamentale di destrutturare tutte le posizioni rigide e assolutistiche della mente umana, mostrando altri punti di vista e ulteriori posizioni. Le immagini hanno il potere di esprimersi da sé, non soltanto attraverso la loro bellezza, ma soprattutto grazie al loro essere istruttive e interessanti. Per un approfondimento sulla tecnica dell’immaginazione attiva si veda F. De Luca Comandini, *L’immaginazione attiva*, Vivarium, Milano, 2002 oppure C. G. Jung, *Visioni*, trad. it. Magi Edizioni, 2004

Per non correre il rischio d'imbattermi in errori d'interpretazione, dovuti all'impossibilità di penetrare davvero nel profondo la spiritualità orientale, tornerò ad occuparmi di quel filo conduttore che unisce tutte le varie forme di Yoga. La letteratura indiana concorda nel ritenere che la spiegazione più completa e corretta del termine derivi dallo *yoga-darçana*, ossia l'interpretazione filosofica fornitaci da Patañjali, secondo la quale la disciplina yogica ha come fine la liberazione dell'uomo dall'ignoranza, in tutte le sue accezioni. Il limite di tale interpretazione però, consta nel suo essere una formulazione di tipo filosofico e dunque privata di quegli elementi vitali presenti in altre forme di Yoga, la quale riduce la disciplina a sistema metafisico ascetico e contemplativo. Ma lo Yoga, in quanto pratica complessa, non può limitarsi agli aspetti mistici; esso deve tenere sempre a mente l'importanza dell'esercizio fisico, come elemento fondamentale che mantenga vivo il legame con la sfera materiale dell'esistenza.

Un fatto è certo: non è possibile parlare di yoga senza praticarlo. Ciò non significa divenire dipendenti dalla pratica fisica delle *asana* - le posizioni di cui si costituisce lo yoga - bensì di trasferire ciò che le *asana* insegnano, nella quotidianità, sforzandosi di mantenere costante il rapporto tra mente e corpo in tutte le attività della giornata. Ma procediamo ancora una volta con cautela: è bene infatti sapere che la pratica yogica non fa distinzione alcuna tra il momento dell'esercizio fisico e qualunque altro momento della quotidianità; il presupposto da cui partire è sempre l'individuo, come centro e totalità e come soggetto che osserva sé e il mondo circostante. L'esercizio fisiologico nello Yoga non ha lo scopo di un miglioramento esteriore che faccia pensare di aver raggiunto un livello più alto, oppure maggior forza ed elasticità. Nella visione olistica orientale, ciascuna posizione è strettamente legata ad aspetti spirituali, che l'Occidente non conosce per nulla.

Negli Yoga-Sūtra è detto che la postura debba essere 'stabile e gradevole' (*sthira-sukham*), ma come fa notare Eliade, non è presente alcun riferimento pratico, poiché la tecnica può essere appresa soltanto attraverso un *guru*. Sarà questi a indicare il corretto svolgimento dell'*asana*, la quale deve donare stabilità al corpo, ma allo stesso tempo garantire il minimo sforzo, cosicché sia possibile la concentrazione della coscienza. Infondo l'esercizio è soltanto un mezzo perché la coscienza si acquieti e sia possibile dare inizio alla meditazione. Un altro elemento non trascurabile, o meglio, fondamentale affinché la pratica sia completa, è il *prānāyāma*, ossia la tecnica di respirazione: ascoltare il proprio respiro percorrere tutto il corpo, osservarlo e concentrarsi su di esso, infondo è già un primo approccio verso la meditazione vera e propria. Inoltre il respiro è espressione delle emozioni: aumenta quando si è agitati, irritati, commossi o appassionati; al contrario rallenta quando si è sereni, tranquilli, rilassati e in pace. Attraverso la disciplina del respiro è possibile controllare la propria emotività e scacciare l'ansia e l'agitazione generate dai cattivi sentimenti, riportando l'attenzione sulle ragioni di alcuni atteggiamenti

inconsci.

Se però lo Yoga dell'Oriente ha la funzione di elevare l'uomo nella sfera dello spirito affinché raggiunga la liberazione dal corpo e dall'idea di illusione che esso porta con sé, per l'occidentale ciò sarebbe una forzatura priva di significato, poiché egli non possiede la profondità d'animo necessaria a una pratica così psicologica. La cultura orientale, infatti, conosce la psiche da molto più tempo rispetto all'Occidente; è una certezza indiscutibile su cui si basano tutte le forme di spiritualità, un fondamento sul quale costruire la cattedrale di tutto il sapere. La cultura occidentale, al contrario, come ho già più volte sostenuto, ha trascurato questa consapevolezza di cui era figlia l'antichità, per riscoprirla, per una necessità primordiale, al termine del XIX secolo sotto forma di disciplina scientifica. La psicologia non ha scoperto nulla di nuovo, ha soltanto rispolverato ciò che di più arcaico possiede l'uomo. E lo Yoga non può che essere utilizzato come mezzo attraverso cui fare ancora più chiarezza riguardo alla psiche umana. La concentrazione e la liberazione dovrebbero da noi essere considerate come una via attraverso cui tornare alla totalità, riprendendo contatto con noi stessi, con il nostro corpo e con la sua grande capacità di comunicare stati d'animo spiacevoli e atteggiamenti cui è costretto a sottoporsi, privandosi della propria naturale spontaneità. Senza questo primo passo verso l'individualità e l'esaltazione della particolarità non è in nessun modo possibile alcuna forma di spiritualità. Prima di salire in cielo è necessario farsi terra; viceversa lo spirito si rivelerà sempre come qualcosa di estraneo e intangibile, volatile ed effimero. Ma per farsi terra è necessario, ancor prima, eliminare la moralità cui è soggetto l'intero Occidente, toccando con mano l'esperienza del vivere secondo natura. Lo stesso Jung, nella sua biografia, racconta di aver utilizzato lo Yoga come mezzo per ritrovare la serenità e la concentrazione per le sue opere, attraverso un contatto con la fisicità finalizzato a riportare la mente all'*hic et nunc*.

La mente occidentale, frenetica ed eternamente proiettata verso il futuro, sovente sottovaluta l'importanza di 'questo momento' che può essere vissuto soltanto prestando attenzione costante ai moti della nostra mente e alle reazioni del nostro corpo. Ho avuto la fortuna di vivere la montagna calandomi nelle dinamiche di una comunità dalla quale ho appreso la lentezza e l'osservazione dei paesaggi: in questo contesto non è possibile organizzarsi a lungo termine, considerati i lavori tipici di un luogo montano e la variabilità del clima; ci si sveglia il mattino e i programmi si fanno momento per momento, accettando con pazienza il momento adatto per svolgere le diverse attività. Ho compreso che anche una passeggiata in sentieri impervi, scalare una parete rocciosa o una qualunque disciplina invernale può essere considerata Yoga, poiché se non si pone l'adeguata attenzione sul proprio corpo, i rischi che si corrono sono davvero grandi. Inoltre, l'ampiezza degli spazi ricorda continuamente di quanto piccoli si è rispetto alla natura e di quanta forza essa possiede. Trovandosi di frequente nella solitudine di questi spazi, nel

silenzio, cui non siamo affatto abituati, ci si sente costretti a rammentare ciò che siamo realmente e improvvisamente ci si ritrova in un contatto diretto con la terra, con la materia, con ciò che ci costituisce. Quanto ho appena affermato può essere ritrovato nel Tantra-Yoga, piuttosto che nello yoga classico di Patañjali. Lo stesso Jung ne ha fatto motivo di un seminario in collaborazione con l'indologo Wilhelm Hauer, pubblicato con il titolo *La psicologia del Kundalini-Yoga*⁵³. Per comprendere quel che intendo con il 'farsi terra' è necessario sapere come lo yoga tantrico descrive le varie fasi di sviluppo verso una coscienza più elevata: esso, infatti, rappresenta il corpo come fosse costituito da una serie di *cakra*, sette per l'esattezza, i quali costituiscono i centri del corpo sottile o mistico, collocati lungo la colonna vertebrale. Distribuiscono l'energia vitale attraverso due vie, *Idā* (luna, femminile) e *Pīṅgalā* (sole, maschile) che nascono, la prima nel testicolo sinistro e la seconda nel destro e, intersecando la colonna vertebrale, giungono fino alla narice opposta rispetto al punto di origine. I *cakra*, illustrati come fiori di loto, sono rappresentativi del percorso di elevazione della coscienza spirituale, il cui primo passo rimanda necessariamente alla materia. *Mūlādhāra* è il nome del primo centro e in esso sta tutto ciò che è inconscio, latente, dormiente. «Nel punto di mezzo c'è lo *Śiva-bindu*; attorno a esso è avvolta *Kūṇḍālī-Śakti*⁵⁴ come serpente. Il *bindu* corrisponde al *liṅga* autogenerato attorno al quale è arrotolato il serpente. Un guscio li avvolge entrambi; questo guscio è *māyā*. Quando *Kuṇḍalinī* si risveglia nasce la coscienza del mondo [...] *Kuṇḍalinī*, tuttavia, si risveglia soltanto sotto la spinta della fame. È una fame che nasce come conseguenza della disciplina spirituale, grazie alla pacificazione delle coppie di opposti»⁵⁵. La descrizione offertaci da Jung è estremamente tecnica per il fine che riguarda questa trattazione; tuttavia vi è una rilettura attuale, pubblicata da Judith Harris, maestra di yoga e psicanalista americana, laureatasi allo Jung Institute di Zurigo e in medicina olistica, piuttosto interessante. Nel testo '*Jung and Yoga*' scrive: «*Muladhara* is the foundation, the building block upon which all other chakras must rest. In *muladhara*, a lotus flower is represented with four petals, within which a circle has been squared, representing the fifth element, the *quinta essentia* that creates the immortal body through the transformative *luz bone*»⁵⁶ (Figura 1) In questa definizione è presente un riferimento agli studi sull'alchimia, nei quali il cerchio inscritto in un quadrato rappresenta l'unione degli opposti, in quanto simboli

⁵³ C. G. Jung, *Op. cit.*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2004

⁵⁴ Per approfondimento sui termini *Liṅga* e *Kuṇḍalinī* si veda C. G. Jung, *Glossario dei termini sanscriti*, in *La Psicologia del Kundalini-yoga*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2004. *Liṅga*: «Emblema aniconico o simbolo di Śiva, di forma ovoide a rappresentare l'uovo originario prima della creazione del mondo, di solito collocato su una base circolare o pitha che simboleggia la Paraśakti. Esso evoca sia l'Assoluto nella sua massa indifferenziata sia, nella sua forma fallica, la potenza creatrice del Divino». *Kuṇḍalinī*: «'Arrotolata'. Energia nella sua forma statica o potenziale che dorma, come un serpente femmina avvolta su se stessa, alla base della spina dorsale... Sul piano macrocosmico la *Kuṇḍalinī-śakti*, chiamata *mahā-Kuṇḍālī*, è arrotolata intorno a Śiva e costituisce con lui un unico punto (*bindu*)».

⁵⁵ *Ibidem*, p. 121-122;

⁵⁶ *Op. cit.*, Inner city books, Toronto, 2001, p. 104

l'uno del cielo e l'altro della terra. Sotto al triangolo, identificativo del principio femminile, si trova l'elefante dalle sette proboscidi, il quale rappresenta le qualità istintuali del corpo. Non solo: l'elefante è uno dei mammiferi più antichi esistiti sulla terra e per questo non sorprende che, letteralmente, *Muladhara* significhi 'supporto delle radici'. Il primo *cakra* intende illustrare tutte le qualità necessarie affinché sia possibile lo sviluppo della coscienza; in esso tutto è ancora nel guscio e aspetta che *Kundhalini* si liberi verso l'alto. Ma prima che questo passo sia possibile è necessario che l'uomo sia ben radicato a terra e trovi la forza, attraverso la disciplina, per esplorare il suo essere nel mondo, come individuo che, prima di tutto, conduce una vita materiale.

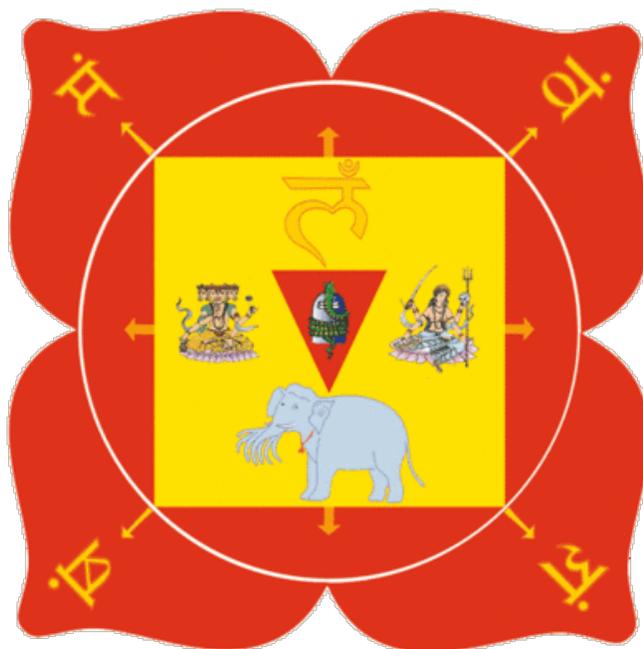


Figura 1. *Muladhara*

In altri termini, non lontano dal pensiero alchimistico, una pianta senza radici può crescere in altezza, ma il rischio che le intemperie la spezzino è molto elevato. Una pianta, invece, che sviluppi radici e rami allo stesso tempo, sarà sana e forte. Così l'uomo, prima di rivolgere l'attenzione al mondo celeste e maschile dello Spirito, dovrebbe prima esplorare la propria profondità. È in questo senso che Yoga e psicologia analitica sono allineate: «quando si pratica yoga diveniamo noi stessi le radici che penetrano nella terra»⁵⁷ e nello stesso istante ricongiungiamo la nostra mente con l'*hic et nunc* dell'*asana* che stiamo svolgendo, attraverso il respiro.

Ricongiungersi alla terra, significa, dunque, riprendere il contatto con se stessi, escludendo il chiacchiericcio del mondo che ci circonda. Certamente una scelta complessa ed elitaria, ma l'unica possibile perché si possa dare inizio al processo d'individuazione.

⁵⁶ *Ibidem*, p. 108 [traduzione mia]

La scelta di ricercare tali spiegazioni nel tantra-yoga non è casuale: nonostante essa sia una disciplina prettamente maschile, come tutti gli yoga già citati, è l'unica a tener presente l'importanza dell'elemento femminile. Ed è proprio il femminile l'aspetto con cui si riprende contatto attraverso la discesa verso le proprie radici. Lo stesso concetto, espresso più sopra, in termini psicologici, è stato definito l'incontro con l'archetipo dell'Anima o dell'Animus, confluenza fondamentale affinché l'equilibrio della personalità si realizzi.

Per concludere, se l'incontro con l'Oriente, come dimensione vitale agli antipodi, potrebbe rivelare molte delle nostre ombre e degli elementi mancanti nella cultura occidentale, la pratica dello yoga rappresenta un passo ulteriore verso la scoperta dell'«Altro», stimolando l'individuo avvezzo alla materialità del consumismo, a riscoprire il proprio corpo come unico elemento materiale di cui tenere conto nella propria esistenza e la propria profondità come unica fonte entro la quale ricercare l'unione degli opposti.

Non mi prolungherò ulteriormente nella spiegazione della tecnica yogica, poiché ritengo sia di scarso interesse per la comprensione dell'importanza dell'elemento femminile nella cultura occidentale; si rischierebbe anzi d'indirizzarsi verso una strada del tutto sbagliata rispetto al percorso di riscoperta spirituale cui dovrebbe sottoporsi l'Occidente. Un simile cambiamento non può e non deve provenire né da una scelta imposta dall'alto, né, tantomeno, sforzandosi di abbracciare narrazioni mitologiche originate dalla dimensione inconscia di un popolo totalmente differente rispetto a quello occidentale. Ciò che non nasce spontaneamente dentro di noi non può infatti essere compreso nella totalità e perderebbe, inoltre, la sacralità della creazione.

In altri termini, potremmo dire che è come se un artista dovesse produrre un'opera per imitazione di un'altra e non, al contrario, lasciando che il proprio inconscio dia origine a immagini spontanee che rappresentino la dimensione sacra individuale e collettiva. Infatti, non dobbiamo dimenticare che le immagini interiori, oltre a rendere manifesta la psicologia di colui da cui scaturiscono, sono rappresentative della dimensione comune a tutti gli individui provenienti dal medesimo *background* psichico.

Per questa ragione, una cultura che fin dagli albori si è rivelata patriarcale e celeste, dal punto di vista sociale e religioso, dovrebbe ora ascoltare la voce femminile dell'interiorità che troppo a lungo è rimasta inespressa. Solo in questo modo potremo vedere l'origine di un nuovo sistema spirituale proprio del mondo occidentale, le cui fondamenta siano condivise dall'intera umanità. Nelle pagine che seguono svilupperò un'analisi del medesimo fenomeno secondo gli studi sull'alchimia effettuati da Marie-Louise Von Franz, nei quali il principio della materia viene analizzato secondo il punto di vista femminile e come manifestazione del femminile inespresso dal Cristianesimo.

2.4 Psiche e materia: studi sull'alchimia di M. L. von Franz

Dopo un lungo preambolo utile a comprendere i presupposti della ricerca sulla psicologia del femminile in termini junghiani, è giunto il momento di entrare nel vivo del tema principale della trattazione. Desidero dare avvio a questo paragrafo con lo stesso interrogativo con cui M-L. Von Franz ha dato inizio alla sua opera: perché occuparsi proprio di alchimia? Non sono sufficienti la storia delle religioni, la mitologia o la favolistica? Esistono ragioni svariate per cui soffermarsi su tale argomento. La prima riguarda, senza dubbio, il fatto che qualunque tradizione spirituale si scelga di approfondire, dal cristianesimo allo yoga o dallo sciamanismo agli Indiani del Nord America, ci s'imbatterà inevitabilmente in materiali generatisi a livello collettivo inconscio e poi rielaborati attraverso una struttura elaborata. Accade infatti sovente che le esperienze inconse siano caotiche e prive di senso, e per queste sottoposte al vaglio dalla coscienza, la cui funzione è anche quella di trovare una spiegazione a intuizioni e sensazioni del tutto irrazionali, ma altresì sconvolgenti e generatrici di nuovi punti di vista. Lo stesso Jung sosteneva esservi una grande differenza tra le immagini oniriche e le narrazioni mitologiche, seppure le strutture archetipiche siano identiche. La diversità si rivela nella spontaneità dell'immagine: nel sogno la coscienza non ha alcun potere, e al risveglio è possibile solo prendere nota di ciò che si è sognato e osservarlo nella sua purezza; la narrazione, al contrario necessita di una struttura affinché sia comprensibile. Ciò significa, ovviamente, che la funzione psichica del pensiero deve essere attivata; e laddove il pensiero è in azione, agisce anche la coscienza, la cui caratteristica è la linearità.⁵⁸ Inoltre non bisogna dimenticare quanto sottolinea la Von Franz: «Le esperienze originali dell'inconscio, quando vengono tramandate, vengono sottoposte a una selezione: ciò che coincide o concorda con quanto è già noto viene trasmesso, mentre i particolari che sembrano strani o difficili da sistemare vengono eliminati»⁵⁹. Chiunque si sia sottoposto ad analisi sa bene che esistono immagini oniriche il cui significato può essere immediatamente associato all'esperienza personale conscia; altre invece – si tratta molto spesso di dettagli – non trovano spiegazione alcuna. Cosa accade dunque a questi aspetti? La parte conscia della nostra psiche li elimina, con tutta probabilità commettendo un grave errore, ma lo fa con naturalezza. Soltanto un buon analista sa che è proprio a questi dettagli che è necessario prestare maggiore attenzione affinché il processo evolutivo progredisca lungo il suo cammino.

Se paragonassimo, come suggerisce la Von Franz, le modalità di trascrittura dei sogni alla trasmissione delle esperienze religiose di un sistema spirituale, balza subito all'occhio che le procedure di scarto e omissione sembrano le stesse. Buona parte delle biografie di santi cattolici

⁵⁸ Per approfondimento si veda C. G. Jung, *Gli archetipi dell'inconscio collettivo* in Opere vol. 9/1, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1997, pp. 44-53

⁵⁹ Cfr. M. L. von Franz, *Alchimia*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1984, p. 10

raccontano di esperienze interiori dirette con la divinità, ne è un esempio quella di frate Niklaus von der Flüe di cui Jung si è occupato; tuttavia la Chiesa non ha quasi mai pubblicato nulla a riguardo senza prima aver ripulito tale materiale della parte relativa all'esperienza personale. Il sistema religioso che si origina è sempre molto differente dall'esperienza inconscia diretta dei simboli e perciò nella tradizione è pressoché impossibile trovare l'espressione dell'inconscio nelle sue manifestazioni dirette.

Anche nelle tradizioni più primitive, come quelle sciamaniche, accade lo stesso processo: tali gruppi di persone, di numero nettamente più ristretto rispetto ai seguaci delle tradizioni del Libro, sono certamente più vicine ai moti inconsci, li accettano con maggior spontaneità, per via del minore sviluppo della coscienza, ma anch'essi sono soggetti a limitazioni. Accade di frequente, infatti, che i soggetti sognanti abbiano esperienze inconscie con funzione di guida. Ma prima di seguire il consiglio ricevuto devono rivolgersi ai rispettivi maestri, i quali interpretano il sogno e stabiliscono quali indicazioni stia fornendo. A questo punto, ciò che rimanda alla tradizione viene preso in considerazione, al contrario, il materiale restante viene ommesso dallo stregone. Il procedimento è lo stesso della tradizione cristiana e identico al lavoro della coscienza.

Ogni qualvolta, però, un sistema religioso appare troppo codificato vengono alla luce alcune sette con la funzione di ridare voce all'esperienza individuale: è accaduto all'Islam, con Sciiti e Sunniti e all'ebraismo con la Scuola talmudica e la Cabala, per esempio. Nel primo caso si pone rilievo all'ortodossia dell'esperienza religiosa; nel secondo, invece è lo spirito vivente a farla da padrone. Il problema però è che di rado questi ultimi hanno davvero esperienza diretta con l'inconscio: come per tutte le tradizioni, soltanto un numero limitato di individui vive tale esperienza, poiché è necessario grande coraggio per poter percorrere una strada simile senza essere tacciati di eresia. È quanto accade per il processo d'individuazione, durante il quale ci si scontra costantemente con il sistema morale cui è soggiogato ciascun uomo.

Persino l'Oriente, che ho descritto come estremamente libero dal punto di vista spirituale, possiede testi relativi a esercizi di meditazione il cui procedere è decisamente rigido. Uno Yogi non può affatto permettersi di avere visioni differenti rispetto a quelle codificate; in tal caso il maestro sottolineerà la sua incapacità alla concentrazione. Il "Commento al segreto del fiore d'oro" di Jung e Wilhelm⁶⁰ ne è un esempio emblematico: in esso sono contenute le varie fasi di una meditazione guidata che conduca alla liberazione dai vincoli della mente; null'altro che lasci libertà d'azione all'inconscio. Ovviamente l'interpretazione psicologica offertaci da Jung mostra ulteriori aspetti, ma se si affronta tale testo nella sua semplicità, potrebbe tranquillamente essere paragonato agli *exercitia spiritualia* di Sant'Ignazio di Loyola: una semplice guida da seguire,

⁶⁰ Cfr. C. G. Jung, *Commento al segreto del fiore d'oro*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1981

ignorando la propria individualità.

Al contrario, nei sogni e nell'immaginazione attiva non vi è alcun percorso prestabilito da seguire e l'inconscio può manifestarsi in totale libertà, talvolta riproducendo simboli relativi alla tradizione, talaltra con immagini assolutamente distanti.

Il caso curioso degli alchimisti, invece è differente dall'approccio spirituale classico. Essi infatti studiavano i fenomeni della materia allora sconosciuti, senza possedere un piano specifico. L'osservazione faceva nascere congetture che erano proiezioni inconsce, ingenuie e non programmate: un metodo molto simile all'indagine analitica junghiana.

Molto spesso nella terapia junghiana è necessario dismettere le proprie conoscenze intellettuali per rivolgersi al problema con grande umiltà, con gli stessi occhi attraverso cui i bambini scoprono il mondo. L'alchimia affronta il problema della materia esattamente in questi termini, poiché gli alchimisti erano, fondamentalmente, degli scienziati – secondo la moderna concezione - in potenza. Essi avevano imparato a osservare la natura per ciò che era; non a caso il *background* culturale dal quale traggono spunto è quello dei naturalisti antichi, ma con una distinzione: i naturalisti osservano, ma non interagiscono con l'oggetto d'indagine; gli alchimisti, invece, sì. Ed è proprio questa relazione, in forma proiettiva a rivelarsi utile per comprendere la psicologia del femminile.

L'uomo, per antonomasia, è un essere razionale, il cui procedere riflessivo trae origine dal pensiero causale; la donna, al contrario - e la storia lo dimostra attraverso differenti esempi - possiede da sempre un potere irrazionale, la cui azione procede parallelamente all'abilità della ragione. L'intuizione e l'empatia sono, infatti, caratteristiche molto più consapevoli nella psiche femminile, che non in quella maschile, e la ragione può ricercarsi nel potere creativo dell'una e dell'altro. Quando si pensa alla creatività maschile ci si orienta verso la produzione di opere architettoniche, legislative, artistiche e poetiche; esse tutte costituiscono il mondo delle "cose": oggetti maturati dapprima nel mondo interiore del sentimento e del pensiero, ma pur sempre privi di vita. La creatività femminile, invece, rimanda immediatamente alla sfera del materno, alla capacità generativa di una nuova vita che si crea e sviluppa nel ventre della donna. Questa è la ragione per cui si dice che la più grande abilità di una donna sia quella di "sentire con la pancia": non con l'osservazione di fatti e lo studio di riflessioni, ma con la comprensione che passa attraverso l'esperienza diretta e l'intuizione. Ponete una donna al centro di una qualunque situazione e sarà in grado di percepire immediatamente lo stato delle relazioni che intercorrono tra gli individui presenti. La sua natura di strega e veggente passa inevitabilmente dalla capacità di relazione profonda con l'individuo, allo stesso modo con cui entra in empatia con la creatura che accoglie durante la gravidanza.

Che nesso esiste tra queste riflessioni e l'alchimia? Infondo gli alchimisti potrebbero essere

paragonati ad un padre in grado di vivere la gestazione come frutto del suo intervento e come parte attiva di una creazione che avviene fuori di sé. Infondo, il seme non gli appartiene più, ma sarà comunque portatore di un corredo genetico che determinerà alcune delle caratteristiche future. Con quella piccola parte egli può entrare in empatia, come si entra in empatia con persone di cui non si sa nulla, ma delle quali si avverte l'interiorità.

Nell'alchimia accade lo stesso: la terra, rappresentazione simbolica della Madre, genera un elemento, un minerale per esempio; l'uomo osserva tale prodotto e vede in esso alcune potenzialità, trasferitegli attraverso una forma proiettiva inconscia; lo studia sottoponendolo a esperimenti con altre sostanze per esaminare le reazioni e, con la pazienza dell'attesa, si sofferma sui mutamenti del suo animo ormai in totale relazione con la materia in analisi. L'alchimista comprende che dentro quell'elemento vi è una parte di sé e impara che la trasformazione che avverrà, apparterrà anche alla sua interiorità.

I testi alchemici, riletti alla luce del nostro linguaggio scientifico, appaiono come qualcosa di losco e magico, che cela una realtà oscura e incomprensibile. Di fatto è così, poiché la relazione tra alchimista e materia ha le sembianze di un rapporto amoroso, del quale si possono osservare gli eventi esteriori, ma la cui comprensione è data solo agli amanti. Ciò è dovuto alla proiezione, che dà origine a una realtà invisibile agli occhi di chi non vi è coinvolto, poiché l'incontro con l'unicità dell'altro è un mistero che non può essere rivelato. Non perché non lo si desideri o perché debba restare un segreto, ma per il semplice fatto che risulterebbe incomprensibile a coloro che non vivono direttamente quella data esperienza. L'unione di due elementi, la *coniunctio* in termini alchemici, avviene nelle tenebre, quando la luce della coscienza è assente e tutto sembra non avere un senso; in questo luogo nasce il nuovo, un bambino simbolico, il cui significato svela il ritiro della proiezione e dunque, finalmente, la consapevolezza dell'avvenuto procedimento.

Parlare di oscurità in termini così positivi però, non rispecchierebbe la realtà dell'esperienza. Chiunque abbia vissuto un momento di confusione e depressione sa che da quel terribile periodo nascerà qualcosa di positivo, soltanto se prima si accetta di calarsi in quel pozzo buio e inaccessibile. Il vero problema è quel frangente in cui nessun'alba si mostra agli occhi e l'irrequietezza prende il sopravvento sulla tranquillità. L'oscurità è nota espressione dello stato alchemico di *nigredo* e rappresenta la prima conseguenza dell'inizio dell'*Opus*. Scrive in proposito la Von Franz: «Quando si distilla il materiale, per un po' non si vede altro che una nuvola confusa. Gli alchimisti paragonano questa situazione a quella della terra ricoperta da una nuvola nera».⁶¹ Possono occorrere anni, oppure soltanto qualche giorno, poi ad un tratto la

⁶¹ Cfr. M. L. von Franz, *Aurora Consurgens in Alchimia*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1984, p. 171

situazione si capovolge e inizia ad affiorare una voce fiavole che reclama aiuto. Nella prima parabola dell'*Aurora consurgens*, testo alchimistico cui fa riferimento la Von Franz, è scritto: «Tutte le cose buone mi vennero da lei, dalla Sapienza dell'austro, che grida per le vie, alza la sua voce nelle piazze, si fa sentire dalle folle, e proferisce le sue parole alle porte delle città dicendo: "Venite a me e sarete illuminati e le opere vostre non saranno umiliate. O voi tutti che mi desiderate, sarete ripieni delle mie ricchezze."»⁶² Il linguaggio profetico, lo stesso utilizzato da Nietzsche nello Zarathustra e da Jung nel Libro Rosso, presagisce l'intervento dell'inconscio nella psiche dell'autore, che si ritiene essere Tommaso d'Aquino. Si tratta della voce della Sapienza, un'entità femminile, che strilla affinché gli uomini possano sentirla e liberarla dagli inferi. L'intervento della parte femminile della divinità determina un tentativo da parte dell'anima umana di essere compresa. Se, come più volte ho ripetuto, lo Spirito e l'immagine di Dio, sono rappresentazione del maschile, la Sapienza divina si manifesta attraverso la materia, ossia proprio quell'elemento attraverso cui gli alchimisti tentano di avvicinarsi all'inconscio. Tutto ciò che è riconducibile alla materia può essere interpretato come immagine archetipica della Grande Madre e le rappresentazioni più diffuse, individuate da Jung, sono tipicamente la Madre, la matrigna, la balia, la nonna, la dea, la vergine Maria e la Sophia degli gnostici. Accade spesso nell'uomo contemporaneo che s'innamori perdutamente di una donna: in essa vede la manifestazione del suo ideale femminile. Accade altresì che in sogno egli veda la stessa donna con qualità di dea: in questo caso la proiezione di cui è vittima (o artefice, poiché non è mai possibile determinare chi proietta) viene segnalata dall'inconscio che lo avverte del pericolo cui è sottoposto. Ogni proiezione, infatti, deve essere compresa e ritirata se si vuole costruire una relazione sana, altrimenti si rischierebbe di demolire l'individualità dell'altra persona e la propria inconsapevolmente.

In termini alchemici, tale procedimento viene espresso attraverso il passaggio dalla depressione della *nigredo* all'illuminazione dell'*albedo*. Ma si tratta di un processo estremamente lungo durante il quale sono necessari numerosi lavaggi della materia, questione che può essere interpretata in senso psicologico con il graduale ritiro della proiezione. All'inizio dell'analisi, il paziente soffre per differenti ragioni, come, per esempio, una relazione che non funziona o un rapporto lavorativo insoddisfacente. Tendenzialmente sosterrà che i motivi del suo malessere sono causati dalla persona amata o dal datore di lavoro; compito dell'analista sarà dunque quello di far comprendere al paziente che le ragioni di tanta insoddisfazione sono invece all'interno di sé. Si tratta di una delle scoperte più complesse, ma senza dubbio anche una delle più rasserenanti, poiché una volta conosciuto il proprio modo di essere, entrando in relazione con il

⁶² *Ibidem*, p. 154

Sé, è possibile raggiungere una tranquillità inaspettata e fino a quel momento sconosciuta. Soltanto così è possibile affrontare il problema psicologico con distacco e in modo critico, fino al punto di risolverlo.

In altri termini, l'operazione di ripulitura e chiarificazione determina un rapporto diretto con l'essenza più profonda della personalità, tale da riuscire a vivere con spiritualità ogni singolo giorno, poiché chiunque si trovi in rapporto con il Sé avvertirà di non dover più vivere con alcun senso di colpa determinato dalla morale collettiva.

Scrivendo in merito la Von Franz: «Siamo ormai sopra la mischia, e dall'alto della montagna contempliamo la tempesta che infuria sotto di noi. La tempesta naturalmente non è cessata, ma siamo in grado di osservarla senza paura e non ce ne sentiamo minacciati»⁶³

In conclusione, l'*albedo* rappresenta il momento in cui il duro lavoro è ultimato: dopo la purificazione e la trasformazione del minerale in metallo è ora possibile procedere con la sintesi chimica, il che equivale in analisi, al momento di scioglimento delle tensioni e al lavoro di mantenimento della relazione tra conscio e inconscio. Il fuoco vitale è stato acceso, ora non resta che mantenerlo costantemente vivo.

Lo studio dell'alchimia, in fondo, deve essere interpretato come un tentativo, da parte di una piccola élite di studiosi, di riconnettersi con il senso profondo dell'esistenza, che può essere ricercato soltanto dentro di sé, non già nella proiezione di una divinità e nemmeno nel cammino ascetico verso di essa, privandosi delle qualità vitali della propria anima.

Ancora una volta, perciò, è da ricercarsi l'equilibrio tra le parti, proprio come dimostrano i moti enantiodromici⁶⁴ messi in atto dall'inconscio.

⁶³ *Ibidem*, p. 182

⁶⁴ *Enantiodromia* è un termine di Eraclito utilizzato da Jung per spiegare le manifestazioni compensative dell'inconscio; ogni cosa, infatti, è destinata a mutare nel suo contrario e soltanto avendone consapevolezza è possibile un costante equilibrio.

CAPITOLO III

L'incontro con l'altro: l'Animus

3.1 La donna nell'ombra dell'uomo

Come è possibile osservare nei capitoli precedenti, Jung, e con egli tutti i suoi allievi più o meno prossimi, condividono l'idea che la natura femminile sia stata quasi completamente rimossa nel Cristianesimo cattolico e soprattutto nel protestantesimo. Non solo: anche il mondo orientale, seppur basi le proprie discipline sull'equilibrio delle parti, come nel caso di Yin e Yang o di Śiva e la sua Śakti, vede maggior partecipazione alle discipline da parte dell'uomo piuttosto che della donna. Le riflessioni in merito sono contrastanti: da un lato è assolutamente evidente una struttura sociale determinata dal patriarcato, ma altresì concreta l'ipotesi che il percorso della donna segua sentieri completamente differenti. Le ragioni possono ricercarsi nella sua naturalezza all'essere più istintiva e ciclica rispetto all'essere lineare dell'uomo, le cui ricerche si rivolgono da sempre alla sfera dello Spirito piuttosto che al prestare attenzione alla sua parte più selvaggia e animale.

Accade così, che anche nella sfera religiosa l'immagine femminile sia quella di una donna mesta, sottomessa al volere di Dio Padre e devota alle scelte del Figlio. Con un esempio di riferimento simile risulta inevitabile che la donna, nel corso dei secoli abbia dovuto adattarsi a tale schema. Di fatto, sono convinta che quella prestabilita sia solo un'immagine esteriore, una linea guida da seguire per poter vivere serenamente all'interno del contesto sociale, ma ciascuna donna possiede dentro di sé molte più consapevolezza. Come nota M. L. von Franz, l'Inquisizione e il suo operare contro le donne-streghe, quali rappresentazione degli istinti, della sessualità e dell'individualità femminile, mette in luce un totale accecamento nei confronti dell'elemento femminile, a favore di un'exasperazione malsana dei principi spirituali; tant'è che, come mostrano i resoconti dei processi, le donne accusate di stregoneria manifestavano tendenzialmente una certa originalità: si trattava di donne strambe, schizoidi o di fanciulle bellissime accusate da altre donne per timore che i propri uomini ne fossero attratti. Le persecuzioni erano sostanzialmente un tentativo di reprimere l'elemento individuale nelle donne, ma allo stesso tempo ostacolavano la possibilità per gli uomini di esplorare la propria Anima individuale, ben lontana dall'immagine archetipica della Vergine Maria.⁶⁵

⁶⁵ Per approfondimento si veda *Il gatto nella mitologia*, in *La gatta. Una fiaba sulla redenzione del femminile*, trad. it. Edizioni Magi, Roma, 2008, pp. 61-72

Nel testo di Nadia Neri *Oltre l'Ombra*⁶⁶, l'autrice osserva la quantità di donne che hanno gravitato intorno alla figura di Jung, in qualità di pazienti, allieve e psicanaliste com'egli. Tutte le opere da loro tramandate, secondo l'analisi della Neri, contengono un numero di informazioni, relative alla loro vita personale, minime. Molto spesso si tratta di rielaborazioni o sintesi del pensiero junghiano, piuttosto che di opere innovative e uniche nel loro genere. Vi è senza dubbio da considerare l'epoca nella quale tali figure sono emerse e certamente anche la spiccata elevatezza del pensiero del loro maestro; nemmeno oggi, infatti, è stato ancora creato nulla di simile all'opera di Jung e, per quanto vi siano nuovi tentativi d'interpretazione, che offrano nuovi punti di vista, il punto di partenza di tali ricerche resta invariato. Affermando quanto detto, non intendo affatto sminuire i contributi di queste personalità, che sono tutt'altro che sottovalutabili. Intendo, piuttosto, sostenere che, per quanto l'interpretazione al femminile del pensiero junghiano sia oggidi più che necessaria, manchi dei giusti presupposti da cui partire. L'emancipazione della donna contemporanea è un fatto evidente agli occhi di tutti; il problema, però, è che nemmeno oggi il gentil sesso ha raggiunto un livello di consapevolezza delle proprie peculiarità, tale da consentire una svolta vera e propria in ambito psicanalitico. Se si presta attenzione ai temi della rivoluzione femminista, ci si accorge immediatamente che tutti convogliano nel tentativo di raggiungimento della parità dei sessi, sostenendo che una donna sia in grado di poter affrontare le medesime fatiche lavorative di un uomo e la stessa capacità di riflessione e pensiero. Concordo pienamente con quanto proponevano, ma ritengo, altresì che questo modo di affrontare l'Altro sia piuttosto un adeguamento all'essenza maschile, una sovrapposizione alla mentalità patriarcale. In altri termini, credo che i presupposti del femminismo siano molto più che accettabili, poiché possono essere tradotti nell'esigenza psicologica di sottrarsi da un maschile schiacciante e soggiogante, ma sono estremamente convinta che la conquista di pari diritti non sia affatto un punto d'arrivo per l'evoluzione della donna, ma sia piuttosto un nuovo punto di partenza. Scrive a riguardo Silvia di Lorenzo, analista e docente del Centro Italiano di Psicologia Analitica: «Nell'ambito della cultura patriarcale il femminile ha sperimentato una notevole alienazione da se stesso; così si spiega l'esigenza delle femministe di “cercarsi” e tentare di “ritrovarsi” nell'isolamento dal maschile. La donna di oggi avverte di avere una coscienza patriarcale che pone l'accento sull'Io, sull'attività volontaria e indirizzata, sull'obiettività razionale e sul dominio delle forze della natura; per questo si sente in conflitto con la sua natura femminile»⁶⁷. Per questa ragione non è più possibile accettare l'atteggiamento di prevaricazione della donna contemporanea in ruoli che fondamentalmente non le appartengono, o che potrebbe ricoprire a patto di portare in essi le proprie peculiarità. Per

⁶⁶ *Op. cit.*, Edizioni Borla, Roma, 2010²

⁶⁷ S. di Lorenzo, *La donna e la sua ombra*, Liguori Editore, Napoli, 1980, p. 44

semplificare, mi riferisco a quelle donne che ambiscono a una carriera lavorativa che le conduca ai vertici di aziende o strutture, nonostante siano costrette inevitabilmente alla rinuncia degli aspetti più sensibili e di cura che appartengono loro per natura. L'attività organizzativa costante, la gestione delle risorse e i ritmi lavorativi che non tengono conto delle esigenze vitali non sono salutarî nemmeno per l'uomo, ma per una donna sono ancora più devastanti dal punto di vista psicologico, poiché l'allontanano dal lato materno e profondo che le è proprio. Quanto affermo, non vuole screditare il ruolo conseguito dalle figure femminili della nostra epoca, intende, piuttosto sottolineare l'importanza di inserire in queste posizioni la cura e l'attenzione tipica del femminile.

Il dato di fatto è che, a qualunque sistema ci si riferisca, si finisce per scontrarsi con una struttura di tipo patriarcale consolidata e difficile da sradicare, se non con un costante impegno verso una nuova direzione.

Ovviamente perché ciò sia possibile è indispensabile conoscere le fondamenta del patriarcato e, in opposizione, anche le tipicità dell'essenza femminile; argomenti questi, sviluppati e analizzati da Erich Neumann, contemporaneo di Jung, ma soprattutto suo grande interprete, attento all'evoluzione storica della psiche.

L'opera di questo studioso affonda le sue radici nella letteratura mitologica, recuperando gli elementi istintuali della psiche dell'uomo, ancor prima che il Cristianesimo li compromettesse con un punto di vista estremamente spiritualizzato e maschile. Se, infatti, la religione cristiana ha posto in ombra l'elemento femminile, riportandolo alla luce soltanto nel secolo scorso con il dogma dell'Assunzione della Vergine proclamato da Papa Pio XII⁶⁸, la spiritualità pagana offre, invece, molteplici figure di dee, fondamentali come strumenti di comprensione della psiche della donna. Attraverso lo studio della mitologia, dunque, è possibile recuperare le immagini archetipiche del femminile che ancor oggi agiscono nella psiche dell'essere umano. Uno studio interessante in merito è stato sviluppato da J. S. Bolen, psichiatra e psicoterapeuta junghiana americana, il cui lavoro di terapeuta e la partecipazione ai movimenti femministi degli anni settanta, hanno gettato un ponte tra l'analisi junghiana e la psichiatria femminista. La tesi sostenuta dall'autrice mette in luce l'importanza per le donne di sottrarsi dagli stereotipi culturali su di essa costruiti, per rivolgersi alle forze interiori che agiscono sotto forma di divinità femminili dell'antica Grecia. Questi modelli interni, rappresentati dalle dee, possono essere considerati come archetipi, in quanto immagini primordiali che sintetizzano magistralmente differenti aspetti della psiche femminile, e sono responsabili di quelle differenze nelle scelte e

⁶⁸ Il Dogma dell'Assunzione, proclamato in seguito a una sempre più presente manifestazione dell'immagine della Vergine nelle visioni di uomini e bambini, consiste, dal punto di vista storico-religioso, nell'ottenimento da parte di Maria del suo posto celeste accanto alla Santissima Trinità. Per approfondimento si veda C. G. Jung, Risposta a Giobbe, in Opere vol. 11, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992, pp. 442-450

nell'atteggiamento delle donne. Alcune, ad esempio, si sentono realizzate nel matrimonio e nella monogamia, dedicandosi ai figli e alla cura della dimensione familiare, in accordo con i ruoli tradizionali, come dimostrano i racconti riguardanti Era, dea del matrimonio; altre, al contrario, hanno come unico obiettivo l'indipendenza e la realizzazione di obiettivi che determinino l'autonomia, in accordo con l'immagine di Atena, dea astuta e strategica; alcune ricercano costantemente emozioni forti ed esperienze nuove, passando da un rapporto a un altro o ricercando costantemente nuove forme di creatività, di cui è esempio Artemide, divinità della caccia e della luna, per via della sua grande connessione con la natura selvaggia; altre, infine, prediligono la solitudine e con essa la ricerca di una dimensione profonda e spirituale, di cui è portavoce Estia, dea dalle sconosciute caratteristiche fisiche, concentrata sull'esperienza interiore, la cui presenza si manifesta nel focolare e nel tempio. In alcuni casi, però, accade che una donna possieda differenti di questi aspetti: si tratta tendenzialmente di donne con personalità complesse che vedono in azione diverse divinità, a seconda dell'ambito a cui ci si riferisce. La cura e la dedizione nei confronti della famiglia, non implica necessariamente l'esclusione di ambizioni economiche e lavorative che mirino al mantenimento dell'indipendenza dal partner: in tal caso potrebbero essere in azione contemporaneamente Era e Atena; allo stesso modo, una donna attiva nel sociale può sentire l'esigenza della propria dimensione solitaria senza compromettere il suo operato, anzi, probabilmente arricchendolo con la forza tipica di coloro che amano l'autonomia. In una personalità di questo tipo potrebbero essere presenti la solitaria Estia e Demetra, dea materna e dispensatrice di cibo.

Queste considerazioni trovano certamente fondamento nelle categorie sviluppate dalla psicologia di Jung, ma per poter comprendere fino in fondo ciò di cui si sta parlando occorre essere donna, prima di tutto, ed essersi confrontati con altri esempi di femminile presenti nell'epoca contemporanea e nei decenni passati. L'identità femminile, infatti, ha visto molti mutamenti nel corso degli ultimi cinquanta/sessant'anni e ha preso consapevolezza dell'importanza di accettare e soddisfare il bisogno di crescita e realizzazione proprio dell'essere umano in genere. Prima che questo accadesse, però, ha vissuto sempre per gli altri, adeguandosi a quell'immagine che la cristianità le aveva affibbiato, seppur consapevole di possedere una propria individualità. Ciò nonostante, non ha mai potuto manifestare apertamente i propri desideri e il proprio punto di vista di mente autonoma. Ciò ha inevitabilmente provocato una scissione nella personalità, che da un lato risulta essere 'agita' dall'interno, dalle forze delle divinità di cui sopra, e stereotipata all'esterno, attraverso canoni culturali rigidi. Affinché si costruisca un'identità più forte, è necessario che la donna diventi consapevole delle forze che agiscono dentro di essa e che influenzano molti dei suoi comportamenti ed emozioni. Scrive in proposito la Bolen: «La conoscenza delle dee che abitano le donne è una nuova terra di scoperta per approfondire la

conoscenza della psicologia femminile. Quando la donna sa quali dee sono presenti in lei come forze dominanti, impara a conoscere la forza di certi istinti, le sue priorità e capacità, le possibilità di trovare il senso di sé attraverso scelte che altri possono non incoraggiare». ⁶⁹ Inoltre, tale consapevolezza è utile alla comprensione delle dinamiche che s'innescano con l'altro sesso e sono utili a spiegare le difficoltà e le affinità di alcune tipologie di donne con altrettante tipologie di uomini.

In sostanza, il pensiero della Bolen introduce due nuovi concetti psicologici interessanti, che prendono, in parte, le distanze dagli studi junghiani, cercando una maggior comprensione di alcuni aspetti tipici del femminile. Il primo prova ad andare oltre la bipolarità introverso/estroverso, sviluppata da Jung in *Tipi psicologici* ⁷⁰, trovando una possibile spiegazione a tutte quelle contraddizioni presenti tra il comportamento delle donne e la teoria junghiana. Le divinità come archetipi offrono uno spettro più ampio nel quale riconoscersi, tale da non ridurre la propria essenza ad una categoria o all'altra, ma consentendo maggiore possibilità relazionali. Il secondo concetto introdotto, invece parte dall'osservazione clinica e analizza gli archetipi delle divinità femminili come potenze in grado di prevaricare sulla coscienza della donna, dando vita a sintomi psichiatrici corrispondenti alla forza della divinità stessa. Infondo, nulla di così innovativo rispetto alla teoria di Jung in merito agli archetipi, ma sicuramente si tratta di un punto di vista più concreto e più vicino alla coscienza femminile, per sua natura altalenante e cangiante e impossibile da immobilizzare in categorie fisse.

In altri termini, è come se la teoria junghiana rappresentasse un grande contenitore, costituito di numerosi cassetti, ciascuno col proprio nome, ma allo stesso tempo, tutti interscambiabili, in relazione alle esperienze di vita di ciascuno e al momento di vita che questi stia vivendo. Nulla è fisso nella psiche e Jung lo aveva compreso assai bene, tanto da affermare la legge dell'enantiodromia ⁷¹. Ciò che di diverso esiste nella psiche femminile è rappresentato dalla naturalezza nel comprendere tali dinamiche e nel viverle come fosse la normalità; un uomo, al contrario, nel suo costante tentativo di razionalizzare, perde l'immediato contatto con gli aspetti mutabili e lunatici di sé.

Ma torniamo alle dee come archetipi. J. S. Bolen ha selezionato sei delle divinità femminili più note nell'Olimpo: Estia, Demetra, Era, Artemide, Atena e Afrodite, alle quali va aggiunta Persefone, la cui storia non può essere separata da quella di Demetra. Queste sono state poi suddivise in tre categorie, sulla base delle diverse modalità di coscienza, dell'atteggiamento verso gli altri e dell'importanza attribuita ai rapporti: le dee vergini, le dee vulnerabili e le dee

⁶⁹ Cfr. J. S. Bolen, *Le dee dentro la donna*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1991, p. 18

⁷⁰ *Op. cit.*, in *Opere vol. 6*, trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1996

⁷¹ Vedi nota 63

alchemiche in quanto portatrici di trasformazione. Nel primo gruppo si trovano Artemide, Atena ed Estia, il cui denominatore comune è rappresentato dall'indipendenza e dall'autosufficienza e alla mancata inclinazione verso l'innamoramento; nel secondo gruppo sono collocate Era, Demetra e Persefone, emblematiche per i ruoli tradizionali di moglie, madre e figlia, i quali implicano inevitabilmente la presenza di una relazione significativa come espressione di un legame profondo. Esse furono tradite, abbandonate, violentate e rapite da divinità maschili, ma le rispettive reazioni alle difficoltà mostrano alla donna contemporanea come superare le difficoltà in seguito alla rottura di un rapporto; il terzo e ultimo gruppo invece, vede come unica presenza Afrodite, dea dell'amore e della bellezza, divinità dalla grande potenza erotica e sensuale, rappresenta la capacità di accettare il cambiamento e di viverlo come grande opportunità creativa. La donna Afrodite, ricerca nei rapporti intensità e stabilità e quell'interscambio col partner tale da accrescere entrambi nel medesimo istante.

Tutte le divinità sopra elencate rappresentano la generazione successiva a quella dell'Archetipo della Grande Madre, motivo analizzato da Neumann nell'omonima opera, la cui potenza è decisamente più grande e allo stesso modo devastante. Essa è in diretta connessione con le forze naturali, le quali non conoscono compiti specifici, bensì soltanto un comportamento imprevedibile e terrificante tale da determinare l'inizio e la fine di ogni ciclo strettamente legato a tutto ciò che di terreno esista. In altri termini, tale archetipo è quanto di più irrazionale l'uomo possa sperimentare, per via della sua estrema lontananza dalla sfera cosciente. Non può essere sottovalutato infatti che il culto di tale divinità si colloca ancor prima della mitologia greca, quando l'individuo era ancora prettamente irrazionale e la presa di coscienza della sua capacità razionale, ancora lontana dal verificarsi. Possiamo parlare così, di 'infanzia dell'umanità', come periodo nel quale è la *participation mystique* a determinare le scelte dell'uomo, incapace di trovare una spiegazione logica agli avvenimenti naturali e ai suoi bisogni primari. In tale condizione, l'essere umano è più simile ad un animale, che non all'individuo come oggi giorno lo s'intende: soltanto in quest'ottica è comprensibile anche l'altrimenti inconcepibile potenza di una divinità.

È in questa osservazione che può essere compresa la differenza tra immagine archetipica e narrazione mitologica: l'archetipo in sé può sostituirsi completamente alla personalità, come nel caso di casi psichiatrici importanti; viceversa, le immagini della mitologia hanno ruoli circoscritti in quanto frutto di una coscienza più sviluppata e di conseguenza l'impatto emotivo è assolutamente inferiore rispetto all'immagine primordiale e identificano i comportamenti più comuni degli individui, così da offrire un senso a determinati atteggiamenti che non possono essere catalogati come psicotici.

L'analisi relativa alle dee della Grecia, mette in luce le qualità positive e negative che anche una

donna contemporanea possiede, nel caso somigli all'una o all'altra divinità: la narrazione esprime, come metafora, ciò che è importante per una o l'altra donna e ciò che ciascuna di loro può fare. Non solo: ad un'osservazione più accorta, si può notare come la coesistenza di più dee nell'Olimpo non fosse proprio semplice e lo stesso vale per la psiche di una donna dalla personalità complessa; attraverso il mito, però, è possibile comprendere quale divinità debba prendere il sopravvento sulle altre e in quale momento, al fine del miglior esito possibile in una battaglia intrapsichica. In altri termini, si tratta di scegliere con consapevolezza e sulla base di quanto appreso, quale aspetto di sé è preferibile esprimere e in quali circostanze.

Ciò detto, non bisogna dimenticare che così come la nostra società sia di stampo patriarcale, anche le divinità dell'Olimpo seguono il medesimo schema strutturale, dunque, in conclusione anche le dee sottostanno o si sottraggono, isolandosi, al potere delle divinità maschili. Ma la sola consapevolezza di possedere qualità all'uomo sconosciute è un buon punto di partenza per il raggiungimento dell'equilibrio delle parti; poiché è questa l'armonia cui bisogna tendere, e non alla supremazia del femminile sul maschile, che determinerebbe nuovamente giochi di potere e incertezza sulla propria identità.

3.2 Stadi psicologici dello sviluppo femminile secondo l'analisi di E. Neumann

Come era solito sostenere Jung, per comprendere l'evoluzione psicologica del collettivo è fondamentale approfondire gli sviluppi della psiche dell'individuo. Proprio a partire da questa constatazione, Neumann ha incentrato i suoi studi, dando vita ad un'analisi di assoluta importanza per la comprensione della società occidentale contemporanea. Si tratta di 'Storia delle origini della coscienza'⁷², saggio nel quale egli segue lo sviluppo archetipico degli stadi che portano alla formazione della coscienza e dell'Io e a quella cultura che ho più volte definito – facendo mio un termine dell'autore – 'patriarcale'. Ma è con 'La psicologia del femminile' che l'autore offre un'acuta osservazione del differente sviluppo della psiche della donna.

Quanto ho affermato nel paragrafo precedente riguarda un'osservazione della donna contemporanea, che trae spunto inevitabilmente da tale opera, ma offre un punto di vista maggiormente semplificato e di facile comprensione anche a coloro che non abbiano necessariamente una preparazione specifica in ambito psicologico. Al contrario, attraverso lo studio e l'interpretazione di Neumann, ci si ritrova catapultati in una dimensione nella quale le nozioni relative alla psicologia del profondo, presenti nel primo capitolo di questa trattazione, sono di assoluta necessità.

Prima del contributo sulla psicologia del femminile era ormai nota la presenza di aspetti

⁷² *Op. cit.*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1975

femminili nella psiche dell'uomo e di elementi maschili, invece, in quella della donna; ma tale scoperta, unita alla mentalità patriarcale, ha fatto sì che ogni qualvolta si parlasse di femminile, questo fosse immediatamente relazionato all'aspetto Anima presente nell'uomo. L'opera di Neumann, invece sottolinea l'esigenza di stabilire nuovi presupposti nell'approccio psicanalitico, che tenessero conto delle profonde differenze presenti nel cammino evolutivo femminile.

Lo schema relativo agli stadi evolutivi resta invariato rispetto a 'Storia delle origini della coscienza', ciò che cambia è proprio il punto di vista ed è questo che prenderò in esame per trarre le conclusioni di questo mio lavoro.

Nella psiche originaria dell'individuo, così come del collettivo, prevale una condizione di fusione e di non-scissione della coscienza dall'inconscio: ci si trova in presenza di una psiche pre-egoica, che, indistintamente, nel maschio e nella femmina, percepisce l'inconscio come qualcosa di materno, dal quale non è in nessun modo possibile differenziarsi, per ovvie ragioni biologiche, oltre che psicologiche. Tale stadio equivale alla totale dipendenza del bambino dalla madre, per via delle sue funzioni nutritive e protettive. Neumann, per descrivere tale situazione, fa riferimento all'immagine dell'*Uroboros*, il serpente (o drago) che si morde la coda, richiuso su se stesso. In tale condizione la madre s'identifica con la dimensione inconscia, nella quale l'Io non ha alcuna consapevolezza e per questa ragione si manifesta nella qualità positive di nutrizione e protezione. In termini archetipici è possibile parlare di Grande Madre, poiché ci troviamo in una situazione proiettiva, nella quale, a prescindere dall'individualità della figura materna, vi è totale dipendenza. Per semplificare, in questo primo momento della vita del poppante, qualunque figura che svolga le funzioni di nutrizione e protezione, viene concepita come madre, sia essa la madre naturale, una nutrice o addirittura un animale – come in molte narrazioni mitologiche in cui è una lupa a svolgere tali mansioni.

Superata questa prima fase, di totale partecipazione emotiva, gli sviluppi del fanciullo e della bambina seguono percorsi nettamente differenti. Nel momento in cui la coscienza inizia a separarsi dall'inconscio e si avvia la costruzione dell'individualità, l'uscita dall'*Uroboros*, il maschio intuisce immediatamente il materno come una realtà diversa e opposta da sé; al contrario, la figlia sente la madre come un'alterità non diversa. È in questo momento che il fanciullo sperimenta, anche se non in modo consapevole, l'idea degli opposti, maschile e femminile, attraverso cui si sviluppa la concezione che il femminile corrisponde alla dimensione inconscia, mentre il maschile è identificato con la coscienza. Scrive l'autore: «Il piccolo maschio sperimenta il principio dell'opposizione fra maschile e femminile all'interno di quel rapporto originario con la madre cui egli deve rinunciare se vuole raggiungere se stesso e la sua identità

con il maschile».⁷³ L'autoidentificazione e la consapevolezza del materno come non-Sé avviene però negli stadi successivi, quando, cioè il bambino si distacca dalla condizione originaria, per giungere all'oggettivizzazione. Se ciò non dovesse accadere, il fanciullo rimane castrato in quel che Neumann definisce 'incesto urobórico e matriarcale' estraniandosi dalla propria identità. Un esempio emblematico a comprendere tale concetto può rintracciarsi nel mito di Edipo, da cui prende il nome quel che la psicologia definisce 'complesso edipico'.

L'evoluzione della coscienza maschile, procede dunque attraverso l'estraniamento e la solitudine dal principio materno, sviluppando il carattere tipico dell'eroe che lotta contro il drago, altra immagine rappresentativa dell'inconscio e dell'uroboro.

Il femminile, invece, sperimenta il rapporto originario con modalità molto diverse: per la bambina, infatti, tutte le complicazioni del Sé-altro crollano e l'identità con il principio materno può protrarsi anche nel momento dell'autoidentificazione. Ciò significa, in altri termini, che la femmina può continuare a restare nel rapporto originario pur crescendo e divenendo adulta, senza sentirsi estraniata, ma rimanendo certamente immatura psichicamente. Scrive in merito l'autore: «Vediamo di continuo, fin dentro la cultura patriarcale occidentale, che il femminile può benissimo vivere come totalità naturale in tale forma psichicamente non sviluppata, e cioè senza un corrispondente sviluppo della coscienza, mentre in quelle condizioni il maschile fallirebbe ampiamente nei confronti della socialità e diverrebbe nevrotico»⁷⁴. Tale condizione si manifesta attraverso il costante tentativo di riprodurre quel rapporto originario, ragione per cui molte donne trovano pace alla nostalgia soltanto attraverso la gravidanza, durante la quale la donna adulta può ora divenire essa stessa portatrice di quel rapporto originario tanto desiderato. Il grave problema di una condizione simile, che non necessariamente comporta lo sviluppo di nevrosi, si esprime nella totale inconsapevolezza del maschile, non soltanto dentro di sé, ma soprattutto nell'altro. Un femminile che cerchi la sua realizzazione nel concepimento di una nuova vita, probabilmente, considera l'uomo semplicemente come il mezzo attraverso cui sperimentare la maternità; le caratteristiche ed esigenze maschili passano, senza dubbio, in secondo piano, considerando il partner semplicemente come capofamiglia e strumento sessuale, non già come individualità misteriosa e da scoprire. Quanto detto può ritrovarsi nel mito delle Amazzoni, figure note per la loro unità femminile, come in una sorta di matriarcato; esse concepiscono, infatti l'uomo come un estraneo, un nemico e come il totalmente altro. Gli aspetti negativi di questa costellazione conducono il femminile a un rapporto masochistico, concetto che Neumann traduce con 'l'irruzione dell'uroboro patriarcale', comprensibile soltanto con lo studio della fase successiva dello sviluppo femminile. Scrive l'autore: «Con l'irruzione dell'uroboro patriarcale però al

⁷³ *Ibidem*, p. 11

⁷⁴ *Ibidem*, p. 13

femminile accade qualcosa di completamente nuovo: esso viene afferrato da qualcosa di ignoto e soggiogante, vissuto come numinoso e senza forma». ⁷⁵ Nell'incontro con un elemento anonimo e indefinito, la donna percepisce un contatto spirituale che le rivela gli aspetti più profondi della propria natura. Nella mitologia si possono ritrovare elementi maschili di questo genere nelle figure di Dioniso, Wotan, Osiride e Śiva; essi costituiscono le divinità maggiormente legate alla fertilità e, per questa ragione, adorati orgiasticamente. In questa fase il femminile vive l'esperienza del soggiogamento, della violenza e della sottomissione da parte di un maschile iperdimensionato, che fa nascere nella donna un sentimento di inferiorità, di insufficienza e di timore dell'esperienza sessuale, in quanto travolgente e numinosa. Soltanto l'accettazione di tale esperienza consente di superare la paura e di raggiungere un nuovo livello di consapevolezza, legato alla rinuncia della propria essenza femminile. Nell'estasi derivante dal contatto con il maschile transpersonale, la donna sperimenta una sorta di annullamento di sé in un'esperienza che ha carattere spirituale, oltre che fisico ed insieme uniti i due aspetti fanno sì che il femminile sviluppi una delle sue caratteristiche principali: la comprensione di elementi spirituali attraverso la sensazione fisica. La donna, infatti, ha come grande peculiarità la capacità di abbracciare contenuti, non soltanto razionalmente, ma con tutto il corpo, esperienza completamente estranea all'uomo che non abbia una finezza e una sensibilità particolari, come nel caso di musicisti, poeti e artisti in genere.

Ogni passo che conduce all'individuazione, però, deve necessariamente essere superato, altrimenti, qualunque forma di stallo manifesterebbe una regressione nel processo e una probabile nevrosi. Così, anche la donna che abbia sperimentato il maschile come 'violentatore' e con esso, l'incapacità di opporsi a tale condizione, comprenderà ben presto, in modo consapevole o inconscio, che questo passaggio deve essere superato, aprendosi alle fasi successive del processo evolutivo.

Non mi soffermerò volutamente sugli aspetti negativi della regressione psicologica, poiché trattati già ampiamente da Neumann nel suo testo e soprattutto perché ciò implicherebbe l'analisi anche di molti aspetti della psicologia maschile, ormai sviscerata da una moltitudine di studiosi. Mi occuperò, piuttosto di analizzare la fase successiva all'uscita dall'uroboro patriarcale. In questo particolare momento dello sviluppo, la donna inizia a identificare il maschile come una sorta di eroe salvatore, che solo può liberarla dalla condizione di soggiogamento. Si tratta di una concezione collettiva che anche la mitologia riporta con molteplici esempi, come nel caso di Medea e Giasone: tale esempio è emblematico, poiché mette in luce l'illusorietà del ruolo di eroe, il quale dal punto di vista collettivo svolge il suo compito con assoluta precisione, liberando

⁷⁵ *Ibidem*, p. 16

Medea dal drago e dal potere del padre, ma dal punto di vista intellettuale non possiamo affermare lo stesso. Tant'è che una volta portata a termine la propria missione fugge, abbandonando la fanciulla, probabilmente per immaturità nel confronto con l'individualità femminile. Il mito si conclude con una regressione da parte di Medea, la quale viene sopraffatta dall'archetipo della madre divorante che uccide i propri figli per fuggire sul carro del drago. La liberazione, cui ha adempiuto Giasone, risulta perciò incompleta. Il racconto di Arianna e Teseo, invece, narra di uno sviluppo positivo in seguito alla liberazione della donna: anche Teseo l'abbandona dopo averla sottratta dal potere del padre, ma in questo caso, Arianna viene trovata da Dioniso che, in qualità di divinità, la riporta dapprima all'uroboro patriarcale, ma per offrirle la possibilità di fare esperienza di un maschile spirituale, più che terreno. Così, la fanciulla sperimenta per la prima volta l'essenza del maschile dentro di sé, attraverso un atteggiamento, per certi versi, religioso.

La presa di coscienza della presenza di molteplici aspetti del maschile, presenti all'interno della psiche femminile, conduce finalmente a quella che l'autore definisce 'psicologia dell'incontro', sottolineando l'importanza del legame tra due individualità e non più l'adesione pigra o più spesso inconsapevole, al valore collettivo del matrimonio patriarcale, ossia quell'istituzione per la quale la donna deve adeguarsi all'immagine di donna fedele e madre di figli cui rivolgere totalmente le sue energie. Ma perché un incontro sia fruttuoso è indispensabile che entrambi gli individui abbiano fatto esperienza della propria totalità. È questo il motivo per cui molte relazioni vanno in crisi e la maggior parte dei matrimoni vengono interrotti: se si analizza la società del Novecento si comprende che il matrimonio rappresenta per la donna una sorta di passaggio di proprietà, dal potere del padre, che la conduce in Chiesa prima del Sacramento, al potere dell'uomo che intende sposare. Ma ancor più sovente, soprattutto fino a qualche decennio fa, la donna 'utilizzava' il matrimonio come metodo per andarsene di casa e sperimentare la propria indipendenza: anche in questo caso, però, la realizzazione passava, fundamentalmente per l'esperienza della gravidanza, dunque ancora una volta, non per la comprensione di sé. Così, tutti quei matrimoni si trovano oggi in crisi per via della mancata esperienza vitale, che torna a bussare alla porta intorno ai cinquant'anni, una volta che il ruolo di madre protettiva e nutriente finisce. Scrive Neumann: «Per la psicologia della donna la 'fedeltà' è infatti un problema centrale poiché, fin troppo spesso, non è la componente di un rapporto vivo con il partner, ma solo l'espressione di una pigrizia psichica che impedisce il progresso necessario allo sviluppo di una nuova fase della vita. L'infedeltà può allora essere un sintomo necessario della lotta dell'eroe con cui deve essere spezzato un tabù ormai senza significato, e la 'fedeltà' potrebbe diventare proprio un atteggiamento che adempie a ciò che è necessario secondo il destino, anche quando non

corrisponde a un canone tradizionale di valori tramandati e cioè collettivi».⁷⁶ Ancora una volta, con questo passaggio, si vuole sottolineare la necessità, non soltanto maschile, di vivere la vita nella totalità, sperimentandone tutte le varie sfaccettature.

A differenza dell'epoca in cui Neumann ha scritto la sua opera, molte cose sono cambiate e sempre più donne, un tempo considerate *outsider*, hanno iniziato a sviluppare la propria individualità, sperimentando viaggi in solitaria, vite da *single*, relazioni basate unicamente sulla sessualità e sempre più di frequente, aprendo e gestendo attività commerciali o aziendali. Ciò denota una sempre maggiore esigenza di scoprire la propria indipendenza, a prescindere dalla presenza del maschile.

Ovviamente, una condizione simile comporta inevitabili conseguenze, come ad esempio la totale incertezza sul ruolo dell'uomo, che si trova in crisi di fronte alla forza e all'autonomia della donna, poiché lo sviluppo psicologico femminile non corrisponde con lo sviluppo dell'archetipo Anima nella psiche dell'uomo. Il lato femminile nell'uomo è ancor oggi ai suoi albori e si manifesta con atteggiamenti infantili, lunatici, ipersensibili, i quali denotano una scarsissima conoscenza degli aspetti Ombra e il timore che questi possano apparire come tratti omosessuali e per questo criticati e derisi. Ma l'esclusione del femminile e del maschile, reciprocamente nell'uomo e nella donna non è sintomo di benessere psichico, in quanto l'esclusivamente maschio e l'esclusivamente femmina non sono rappresentativi della condizione di equilibrio, invece, necessaria affinché le relazioni possano rappresentare un vero e proprio incontro.

Mi sono più volte interrogata sulla possibilità che la sempre più diffusa presenza di individui omosessuali non sia effettivamente una manifestazione di quanto ho più sopra espresso. Potrei ipotizzare, senza esprimere alcun giudizio di valore, che la relazione con lo stesso sesso sia, fondamentalmente, un tentativo di sottrazione dall'incontro con il 'totalmente altro', per giungere a una conoscenza più profonda di sé. Questo pensiero nasce dallo studio sull'omosessualità nel mondo antico, impossibile da comparare con quella del mondo moderno. Il luogo comune che afferma che l'omosessualità sia sempre esistita è più o meno corretto, ma è indispensabile tenere conto del simbolismo che accompagnava tale pratica. In termini semplicistici potremmo sostenere trattarsi di un bisogno biologico più che psichico, tipico di ambienti prettamente maschili, come nel caso dei militari, dove la forza e la prevaricazione stabiliscono giochi di potere. È diverso invece il caso della pederastia, molto diffusa nel mondo greco, nella quale era prevalente l'aspetto spirituale: l'uomo maturo, infatti, accompagnava il fanciullo nel passaggio dall'età infantile a quella adulta, sottraendolo dalla famiglia d'origine, per prepararlo alla carriera militare. In tal caso, la pratica omosessuale costituiva un metodo per

⁷⁶ *Ibidem*, p. 36

trasferire fisicamente e simbolicamente la forza e l'esperienza del maschile adulto. Come è noto, l'atto sessuale rappresenta, a livello spirituale, l'incontro di elementi maschili con quelli femminili, finalizzati alla riproduzione, alla creazione di un terzo elemento androgino – come nel caso della tradizione alchemica. Se volessimo trasferire questo concetto nell'omosessualità è chiara la mancanza del femminile, dunque è più semplice comprendere trattarsi di una pratica destinata a rimanere nello spirituale e nel simbolico, più che nel materiale.

L'omosessualità moderna, al contrario, non avendo alcun riferimento agli aspetti spirituali legati ai rituali di passaggio, può decisamente essere emblematica di quel timore e di quella difficoltà che il mondo contemporaneo rivela nell'incontro con l'«Altro».

La faccenda è ancora diversa, invece nel caso dell'omosessualità femminile, dove la pratica sessuale sovente è assente; e non a caso, poiché la donna, da sempre schiacciata dal potere maschile, cerca nella compagnia femminile comprensione e accettazione di quel che realmente è, sottraendosi da un rapporto di supremazia maschile. Si tratta più di un rapporto d'amicizia profondo e d'amore reciproco più che di una relazione vera e propria, la quale non può prescindere in nessun modo dall'aspetto di incontro con il maschile.

Per concludere, l'aspetto fondamentale da tener presente nella psicologia dell'incontro riguarda l'unicità degli individui che entrano in relazione, i quali, una volta deposti i *cliché* collettivi e conosciuti i reciproci aspetti Ombra, possono finalmente sperimentare una relazione vera, in grado di andare oltre il fattore proiettivo. Ripeto ancora una volta che tale passaggio non può avvenire senza l'arduo lavoro, da parte dell'uomo, di un cambiamento radicale della Persona collettiva. In un rapporto simile entrano in relazione le totalità di entrambi gli individui, così il rapporto si basa sull'incontro cosciente ed inconscio realizzando la più alta forma di relazione possibile tra maschile e femminile. A causa della prerogativa tutta maschile di scindere e distanziare, un rapporto così stretto genererà in un primo momento una sensazione di prigionia; al contrario per la donna sarà la massima realizzazione di un rapporto amoroso. Scrive in proposito Neumann: «Il sapere l'uno dell'altro senza parole, quando avviene veramente, è la forma dell'essere insieme più completa e più essenziale al femminile di quanto non lo sia il porsi a confronto maschile, l'Io di fronte a Io, coscienza verso coscienza, che spesso disgiunge più di quanto congiunga».⁷⁷ Ciò, dunque, può avvenire unicamente attraverso il reciproco percorso individuativo che conduce al reale e concreto distacco dai valori collettivi che non appartengono ormai più all'umanità contemporanea. Infondo quel che la psiche ricerca nella crescita di uomini e donne è il ritorno a quella condizione originaria di totalità, non escludendo, però, il passaggio dal conflitto con la propria bisessualità psichica, unica via che conduce all'equilibrio e alla

⁷⁷ *Ibidem*, p. 39

distruzione dell'identificazione con la mentalità patriarcale, distruttiva non soltanto per il femminile, ma anche per l'archetipo Anima presente nell'uomo.

Per un ulteriore approfondimento riguardo la psicologia del femminile e per una trasposizione nella contemporaneità è di assoluto interesse la disamina del mito di Amore e Psiche proposta dal medesimo autore, nella quale vengono sottolineati *topoi* antichissimi della relazione maschile-femminile, che tutt'oggi giocano un ruolo fondamentale per la comprensione dell'evoluzione delle relazioni moderne, non più basate su matrimoni d'interesse o inconsapevoli, bensì – e lo dimostra l'introduzione legale delle coppie di fatto – di relazioni che abbiano come unico interesse l'amore reciproco.

3.3 Psiche e Amore: un mito moderno

3.3.1 La trama

La favola, che appare come ultima parte dell'Asino d'oro di Apuleio, narra la vicenda di una fanciulla, Psiche, la più giovane di tre sorelle, la cui bellezza, di gran lunga superiore a quella di Venere, genera la rabbia della dea, incredula alla possibilità che una donna mortale possa essere assai più bella di lei. Nonostante l'infinito splendore, però, la fanciulla non alcun pretendente che voglia prenderla in sposa; Tutti ammirano la divina bellezza, ma come se si trattasse di una meravigliosa statua. Così, il padre, preoccupato per la sorte della figlia e sospettoso di un odio celeste, interroga l'oracolo del dio Apollo, affinché la ragazza trovi un marito. La risposta dell'oracolo è tutt'altro che piacevole; egli infatti predice nozze di morte per la bellissima Psiche, la quale sarà costretta a tormenti e dolore. Nonostante il dolore e i lamenti del padre, la giovane affronta l'adempimento della divinità con coraggio, sottoponendosi al rituale funebre da viva. Accompagnata sulla rupe di un alto monte, come aveva suggerito l'oracolo, viene abbandonata, timorosa e tramante in attesa dell'incontro con il terribile amante. Ad un tratto si solleva il soffio di Zéfiro, che abbracciandola, la fa scivolare dolcemente dal pendio della rupe conducendola tra i cespugli di una valle segreta. Dopo un breve sonno rigenerante, s'incammina per il bosco dove scorge un incantevole palazzo, abitazione di una divinità. Lo osserva e ne rimane stupita per lo splendore e la ricchezza, quando ode alcune voci che la invitano ad entrare, a prendere un bagno caldo e a riposare comoda su di un letto. Dopo un lungo riposo, scopre che le stesse voci le stanno preparando una cena degna di una regina, rassicurandola e dicendole che tutto quello sfarzo le appartiene.

Giunta la sera, Psiche va a dormire, ma a notte inoltrata un dolce suono arriva alle sue orecchie e, spaventata per la sua verginità, s'impaurisce, senza sapere che accanto a lei sta per sdraiarsi l'invisibile marito, il quale, dopo averla stretta a sé amorevolmente, appena fattosi giorno, se ne va. Questo accade per un po' di tempo, tanto che la fanciulla inizia ad apprezzare la presenza del

suo amato, pur non conoscendone l'identità, ma percependo un grande sollievo alla sua solitudine.

La notizia di quanto sta avvenendo inizia a diffondersi fino ad arrivare alle sorelle, che sentono la necessità di avvisare i genitori, ancora in lacrime per la scomparsa dell'amata Psiche. Quella stessa notte, il marito avverte la consorte che sta per correre un grave rischio: le sorelle si metteranno sulle sue tracce, ma ella non dovrà rispondere ai loro lamenti, in caso contrario provocherebbe un dolore enorme all'amato e una grave disgrazia a se stessa. Psiche acconsente, ma non appena rimasta sola crolla in una grande disperazione, poiché si sente rinchiusa in un carcere, senza la possibilità di dare sollievo alle lacrime delle sorelle e alla tristezza.

Distrutta dal pianto si rimette a dormire e quella sera il suo amato la raggiunge più presto; si accorge dell'infinito malessere e le comunica di fare ciò che ritiene più giusto per lei, ma con la consapevolezza di quanto egli le aveva suggerito in precedenza. Così, a seguito di lunghe preghiere allo sposo, egli acconsente all'incontro di Psiche con le sorelle, permettendole di regalar loro tutto ciò che desiderassero: oro, gioielli, a patto che lei non tentasse di scoprire l'identità del marito indotta dal loro pericoloso consiglio.

Le sorelle, raggiunta la rupe dove la sorella fu consegnata alle nozze funebri, iniziarono a urlarne il nome così che ella le sentisse. Psiche invia Zéfiro e così può riabbracciare e calmare le donne disperate dal pianto. Una delle due la interroga su chi sia il proprietario di tutta quella ricchezza e Psiche, per evitare di ammettere la verità, mente riempendole d'oro. In seguito richiama Zéfiro e le fa riaccompagnare. Ma una volta giunte a casa, le sorelle sono colte da una terribile invidia, tale da far loro architettare un piano per distruggere la felicità di Psiche.

L'amato consorte mette nuovamente in guardia la fanciulla dal rischio che le sorelle possano arrearle, così le suggerisce ancora una volta di non far parola della sua identità, né di dar loro retta sul tentativo di rivelare chi lui fosse. Infine le preannuncia l'arrivo di un figlio: divino se rispetterà le promesse da lui richieste, mortale nel caso contrario. Così, Psiche, eccitata dall'idea di una discendenza divina promette di rispettare il patto. Ma le sorelle sono in agguato e hanno già dispiegato tutte le loro forze e la loro perfidia e al loro arrivo si mostrano intenerite dalla lieta notizia della gravidanza di Psiche. Ma interrogata nuovamente sulla provenienza del marito, ella inventa nuove menzogne, rispedendo le sorelle da dove sono giunte. Così le sorelle intuiscono il segreto della mancata conoscenza dell'aspetto del marito e tramano nuovamente alle spalle della fanciulla, tornando il giorno seguente alla rupe e alla reggia e rivelandole che l'amato è in realtà un enorme serpente, un mostro, dotato di un veleno mortale.

Psiche, presa dallo spavento, ringrazia le sorelle per la protezione e rivela ingenuamente di non conoscere affatto il marito, anzi, rivela tristemente di aver accettato una situazione oscura, senza opporsi in alcun modo. Le donne allora, le suggeriscono di nascondere un rasoio sotto il letto e

una lampada piena d'olio, cosicché, una volta addormentatosi l'amante, lei possa far luce sul mostro e ucciderlo con l'arma. Detto questo si dileguarono, lasciando Psiche in preda alla rabbia e all'alternarsi dell'emozioni di amore e odio che la legano al consorte. Una volta sopraggiunto l'amato si decide a svelare la sua identità e con virile sicurezza mette in atto il piano suggerito dalle sorelle. Quando però avvicina la lampada al volto del consorte si accorge inaspettatamente della presenza del dolce Cupido, e, dopo aver ammirato le armi di costui, si punge con una freccia che la farà perdutoamente innamorare di lui. Eccitata per la scoperta si avvicina per baciarlo, ma dalla lampada guizza fuori una goccia d'olio bollente che fa svegliare Amore di soprassalto, rivelando il tradimento del patto stipulato tra i due.

Il dio se ne va immediatamente, abbandonando l'infelice Psiche ad una sorte di tremende prove destinatele per odio di Venere, ferita per la sofferenza del figlio e stizzita nuovamente per la capacità della giovane fanciulla mortale di far innamorare il dio dell'amore. Cupido dolorante, si rifugia nel palazzo della madre e Psiche viaggia in cerca di questi fino a che non decide di arrendersi sottoponendosi al volere di Venere, la quale le assegna tre differenti e complesse prove. La prima consiste nella separazione di semi di frumento, orzo, miglio, papavero, ceci, lenticchie e fave tutti uniti in un unico mucchio. Psiche resta attonita, ma non appena Venere se ne va, delle formiche accorrono in suo aiuto, svolgendo per lei il lavoro. Al ritorno, la dea dubita sulle capacità della fanciulla, certa dell'intervento di Cupido; così le assegna una nuova prova: portarle un fiocco della preziosa lana d'oro delle pecore presenti aldilà del fiume. Questa volta psiche si mette in cammino di buona voglia, solo per mettere fine alla terribile sfortuna in sua sorte, tuffandosi nel fiume. Lì, una canna da zucchero le suggerisce che le pecore sono animali assai pericolosi alla luce del sole, perché accaldate sono solite scornarsi, e per questo deve attendere l'imbrunire per rubar loro un ciuffo della lana desiderata da Venere. Ma la dea ancora certa dell'autore di quell'opera la sottopone a un'altra prova: portarle l'acqua proveniente dalla fonte dello Stige, che sgorga su di un altissimo monte. Psiche riparte di gran passo, certa che questa volta potrà finalmente metter fine alle sue sofferenze, scivolando per qualche dirupo; invece sopraggiunge impietosita l'aquila regale di Giove, che l'aiuta nel suo compito. Ma nemmeno in questo caso riesce a soddisfare il perfido desiderio di Venere che la costringe a un viaggio negli inferi, con l'obiettivo di portarle la pozione di bellezza in possesso di Proserpina. Aiutata questa volta da una torre, che la ragguaglia con importanti consigli, riesce a svolgere anche questo terribile compito, che non porta a termine completamente, poiché, sulla strada del ritorno, incuriosita, decide di aprire il vasetto, il cui contenuto l'addormenta in un sonno pari alla morte.

Intanto Cupido, guarito dalla ferita e non tollerando più la lontananza dalla sua Psiche, si mette alla ricerca dell'amata, risvegliandola dal sonno e consentendole di portare a compimento la

prova assegnatale da Venere. Detto questo, si rivolge a Giove affinché si possa celebrare un matrimonio divino, il solo modo per far accettare anche a Venere l'amore tra il figlio e una mortale.

Così i due innamorati si sposano, e portata a termine la gravidanza, nasce un figlio dal nome Voluttà.

3.3.2 L'analisi

Non può esservi dubbio alcuno che la trama di questo racconto riguardi l'evoluzione della psicologia femminile; fin dalle prime battute, infatti, nelle quali è presentata la protagonista Psiche, ci si accorge che tutta la narrazione porta con sé molti mutamenti nell'individualità della fanciulla, destinata fin da principio a nozze di morte, il corrispettivo psichico di un radicale cambiamento, intendendo la morte come un processo simbolico.

Non solo, il conflitto tra Afrodite e Psiche, denota a livello mitologico la fine del dominio totale e totalizzante della Grande Madre, spodestata dal suo trono da una bellezza di tipo mortale. Il mito di Amore e Psiche, rivela dunque un enorme cambiamento epocale, basato sull'introduzione di una figura umana nella narrazione, il che può avvenire soltanto quando un contenuto inconscio, dapprima sovrastante – come quello della Grande Madre - perde la sua capacità persuasiva per lasciare il passo ad un processo più concreto e consapevole. In altri termini, l'avventura di Psiche manifesta il passaggio da un livello di coscienza ad un altro, nel quale l'umano è decisamente più partecipe.

Dal punto di vista simbolico le nozze rappresentano, per il femminile, il primo vero momento d'incontro con l'uomo e dunque la rottura di quel rapporto d'identità con la madre. La prima vera uscita da una condizione inconscia, in cui la figlia conosce soltanto la psicologia della madre. Questo passaggio rappresenta inevitabilmente, in senso simbolico, un momento di morte, poiché, attraverso l'unione, si attua quella sottomissione tipica della psicologia del patriarcato. Non è un caso che Psiche, nella seconda parte della narrazione, accetti senza alcuna opposizione un matrimonio con un essere di cui non sa nulla. Il consorte senza identità, rappresenta il mondo oscuro del maschile al quale la donna deve sottomettersi, accettando le sue richieste, attratta dalla ricchezza che questa condizione offre, come unica soluzione alla solitudine provocata dalla lontananza dalla famiglia cui è stata sottratta. In termini psicologici, la condizione di distacco dalla famiglia è fondamentale affinché abbia inizio il processo individuativo, la cui prerogativa primaria – come ho approfondito nel I capitolo - è la solitudine. Soltanto nell'isolamento, infatti, è davvero possibile entrare in relazione con se stessi, altrimenti sarà sempre l'influenza della famiglia – intesa come *background* collettivo – ad avere la meglio sull'individualità.

Ma questa condizione paradisiaca non può durare in eterno, tant'è che nel racconto compaiono

le sorelle della fanciulla, che, colte da curiosità e invidia, spingono Psiche a infrangere il patto inconsapevole stipulato con il marito. Secondo l'interpretazione proposta da Neumann, le due donne rappresentano il serpente di questo paradiso, il cui intervento comporta la cacciata da questo luogo di felicità e ricchezza.

Il motivo delle sorellastre terribili e invidiose è alquanto comune nella favolistica, ma come ho già più volte sottolineato, ciascuna narrazione porta con sé alcuni mitologemi, ossia delle manifestazioni collettive della psiche, che chiunque ha sperimentato o può sperimentare nel corso dell'esistenza. Per questo non è pensabile di sottovalutare l'intervento di queste figure, il cui compito, per quanto terribile, è necessario affinché Psiche progredisca nel suo cammino. Innanzitutto, le due donne costituiscono l'emblema di quella condizione di sottomissione al patriarcato precedentemente approfondita: sono sposate con uomini che non amano, sono schiave di questi ultimi e svolgono ruoli, come quello di figlia o di medico, che non sono consoni per un'unione matrimoniale maturo. Per certi versi, esse rappresentano la mentalità matriarcale che si oppone al patriarcato, lo sminuisce e prova, con tutti i mezzi possibili, a distruggerlo. Quanto detto trova conferma nell'atteggiamento delle sorelle nei confronti del marito di Psiche, del quale vogliono a tutti i costi conoscere l'identità. È necessario conoscere il nemico prima di affrontarlo, e così convincono la fanciulla che il consorte sia un essere mostruoso, un serpente velenoso, un drago, il quale, una volta venuta alla luce la creatura frutto della loro unione, li ucciderà. Ancora una volta, tale immagine rimanda al simbolo dell'uroboro, un mostro che, chiudendosi su di sé, non permette sviluppo alcuno, ma soprattutto sottomette e truccida l'elemento femminile. Anche questo elemento è tipico di un patriarcato offeso e violentato. Curioso è invece il consiglio che le sorelle propongono a Psiche: una simile condizione, infatti, può risolversi semplicemente attraverso il sottrarsi; invece la fanciulla viene convinta a uccidere il serpente tagliandogli la testa, un chiaro rimando al simbolo della castrazione spirituale, che comporterebbe il dominio del patriarcato sulla mentalità patriarcale. Di fatto, però, Psiche ha consegnato ad Eros soltanto la propria sessualità, non già la totalità di sé. Ciò fa pensare che il rapporto tra i due si riduce a una relazione di solo piacere istintuale e primitivo, e oserei aggiungere, totalmente inconsapevole. Il monito delle sorelle di tagliare la testa al mostro, invece, mette in luce degli aspetti che non sono presenti a livello cosciente; motivo per cui Neumann interpreta tali figure come elementi d'ombra della protagonista, la cui forza conduce Psiche a prendere le distanze dall'amato, vedendolo per la prima volta come un 'carceriere'. Percepisce la mancanza della compagnia umana, ossia dell'esigenza di una relazione concreta, reale e condivisa: l'opposto rispetto a ciò che Eros le garantiva se avesse rispettato il patto sulla segretezza della sua identità. L'idea dell'intrigo, però, deve essere considerata un mero costrutto narrativo e non l'unico modo possibile di far affiorare maggiore consapevolezza; la funzione

delle sorelle, dunque, deve essere considerata come elemento positivo, poiché identificative di un'opposizione netta nei confronti del maschile schiacciante. Affidandosi alle sorelle, Psiche entra davvero in conflitto con Eros, facendogli scenate e pretendendo maggiore umanità, l'unica via possibile per il proprio sviluppo.

Allo stesso modo del racconto biblico, il serpente implica una cacciata, ma contemporaneamente conduce ad un livello più elevato di coscienza, contrastante con l'assenza di dignità in cui vive nel paradiso di piacere di Cupido. Per la prima volta, a questo punto del racconto compare la consapevolezza di un conflitto ormai cosciente nella psiche della fanciulla: «nella stessa persona odia la belva e ama il marito» e grazie a questa condizione è possibile finalmente per lei agire e reagire alla sua inconsapevolezza. Così, munita di lampada, simbolo della luce e dunque della presa di coscienza, si avvicina al marito e, illuminandolo, riconosce Eros. Incantata dalla visione, tenta dapprima di uccidersi con il coltello con cui avrebbe dovuto uccidere il mostro, in seguito si punge con una freccia dell'amato e s'incendia di nuova passione. Questo momento è in assoluto il più potente di tutta la narrazione, poiché descrive con grande emotività l'uscita della donna dall'oscurità dell'inconscio, permettendole, finalmente, di incontrare l'uomo per la sua essenza reale. Si tratta di un passaggio, di una rinascita, che questa volta la vede attiva e consapevole del cambiamento, non più infantile e ignorante, ma davvero innamorata dell'intera figura di Amore: la belva e il marito, unendo in questa visione, gli aspetti inferiori e spirituali dell'amato.

Ciò che accade in seguito rivela un altro aspetto di grande importanza; Neumann lo descrive in questi termini: «L'atto d'amore con cui Psiche si dà spontaneamente a Eros è insieme un sacrificio e una perdita. Essa non rinuncia allo stadio matriarcale della sua femminilità; il paradosso di questa situazione consiste invece nel fatto che in quest'atto d'amore e attraverso di esso Psiche realizza l'autentica natura dello stadio matriarcale sollevandolo a un livello amazzonico»⁷⁸. Psiche dunque è ora una donna nella pienezza della sua femminilità e trova davanti a sé non più un fanciullo ingenuo e immaturo, ma un essere adulto, poiché ad esso corrisponde l'evoluzione della fanciulla. La scelta di unirsi ad Amore è consapevole ora, pur sapendo il rischio cui va incontro, ossia la perdita dell'amato, per aver infranto il patto. Ma tutto ciò fa parte del percorso: la conoscenza implica un confronto e tale confronto, necessariamente la perdita e la sofferenza, per questo l'autore parla di Sacrificio. L'etimologia di tale vocabolo, '*Sacrum facere*', ci consente di rivelare che nella perdita vi è sempre un aspetto che si eleva, poiché, in termini psicologici, sacrificare implica l'abbandono di elementi egoici che hanno costituito a lungo una parte di personalità; allo stesso tempo, attraverso la decostruzione è

⁷⁸ E. Neumann, *Amore e Psiche*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1989, pp. 59-60

possibile far riaffiorare ciò che era inconscio per rivelarlo alla coscienza. Il sacrificio equivale, in altri termini, al balzo che ci conduce oltre la *comfort zone*, per sperimentare qualcosa di cui si diviene consci soltanto nel momento del salto. Per tornare al mito, è proprio questo ciò che accade a Psiche: lasciando affiorare la sua essenza femminile e istintuale, balza oltre l'idea infantile della donna sottomessa a un maschile violentatore; inoltre non teme il rischio, perché per la prima volta sperimenta i propri reali desideri, il cui potere è decisamente più forte dell'accettazione di un'immagine collettiva.

In termini di evoluzione psicologica femminile, potremmo affermare che l'identità della prima Psiche rappresenta il concetto di donna-anima, ossia di un femminile ingenuo e inconscio, il cui procedere è determinato dalla natura istintiva e da ciò che il legame con il materno le ha insegnato. Non conosce l'uomo, lo accetta per quel che percepisce, ma non ne comprende immediatamente la natura ambivalente. Far luce su Eros, in termini simbolici, significa trovare il coraggio di osservare se stessa e, attraverso il conflitto, imparare a sperimentare la parte rimasta fino a quel momento nell'ombra. La passione, il desiderio e la ricerca dell'unione sessuale sono manifestazione di un accrescimento e di uno sviluppo ulteriore, che conducono Psiche a individuare il proprio Io. Esther Harding, allieva diretta di Jung e analista, definisce questa fase dello sviluppo 'egocentrico' poiché l'Io, rimasto latente fino a questo momento, inizia a manifestarsi: lo fa però in forma di volontà di potenza, ossia come tentativo di sopraffare l'uomo con giochi tipici del femminile. Molto spesso vi è un movente: il denaro, il prestigio o per il semplice soddisfacimento dei propri istinti, ma non vi è ancora totale consapevolezza dei desideri profondi. La presa di coscienza dei reali desideri identifica il terzo e ultimo stadio dell'evoluzione, e in merito afferma la Harding: «gli impulsi naturali e l'io-potenza vengono sostituiti da un nuovo valore accolto dalla donna come più degno e significativo dello stimolo biologico e dell'istinto di potenza. Questo valore si può dire sovraperonale in quanto viene accolto dall'individuo come qualcosa che sta al di sopra dei bisogni e dei desideri personali e che richiede una completa e incondizionata dedizione»⁷⁹.

Torniamo dunque alla narrazione mitologica e alla relativa interpretazione di Neumann.

La reazione di Eros alla scoperta dell'amata è l'immediata fuga: egli è ferito e sofferente; l'idillio è stato distrutto e l'idea di una Psiche innocente e gentile si frantuma in mille pezzi provocando dolore ad entrambi. Scrive l'autore: «Per lui, divinità maschile, l'amata era deliziosa quando egli la possedeva nell'oscurità, compagna notturna, segregata dal mondo, esistente solo per lui e per di più senza intromissione alcuna nella sua vita diurna, nella sua realtà e divinità»⁸⁰. In questo frammento è possibile ritrovare i tratti dell'Anima come dimensione archetipica oscura all'uomo

⁷⁹ E. Harding, *La strada della donna*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1951, p. 38

⁸⁰ E. Neumann, *Amore e Psiche*, trad. it. Astrolabio, 1989, p. 61

e per questa ragione temuta e nascosta. Se da un lato, il mito ci pone di fronte all'evoluzione del femminile, non è possibile trascurare l'aspetto evolutivo maschile, poiché l'uno non può avvenire senza l'altro. La donna dunque segue il proprio percorso, ma compito dell'uomo è quello di riconoscere nell'amata la proiezione della propria anima. Se infatti l'uomo non ha mai sperimentato la propria bisessualità psicologica, troverà sempre difficoltà relazionali, poiché le donne che sceglierà rappresenteranno ciò che è più prossimo alla sua anima. Ma come nota la Harding, è l'aspetto primitivo e naturale ad attirare la proiezione dell'anima maschile, dunque la donna in evoluzione spaventa l'uomo e lo fa fuggire poiché non è più in grado di identificarsi con essa. Così come la natura è ambivalente, anche la donna-anima, che attira su di sé le attenzioni dell'uomo per via della sua gentilezza, si rivelerà ben presto un raffinato cecchino agli occhi dell'uomo che realizzerà la sua crudeltà. Per questo è necessario che essa accresca la sua consapevolezza, ricercando quel principio superiore che la connetta con la sua natura profonda. Soltanto così potrà entrare in contatto individualmente con il maschile, rivelandogli quelle verità dell'esistenza che si apprendono soltanto attraverso l'esperienza. In questo caso non vi è più alcun interesse nel potere, bensì la scoperta del valore stesso della relazione, come unica via alla scoperta di sé e dell'altro.⁸¹

Le prove che Psiche si trova a dover affrontare per volere di Venere rappresentano esattamente il momento di raccoglimento e riflessione su se stessa, di riconnessione con la propria natura istintuale. Con il suo percorso, la fanciulla incarna, infatti, la psicologia dell'incontro, che si ribella ai valori collettivi. Non è un caso, infatti che abbia come supporto, nelle prime tre prove, esseri ed elementi naturali: le formiche, da principio, rimandano al mondo istintivo e, amplificando il valore di tale immagine, dobbiamo immediatamente sottolineare la loro grande capacità di scindere e ordinare. Questo primo intervento denota la presenza nell'inconscio di Psiche di una forza in grado di selezionare, ordinare, valutare: elementi di assoluta valenza maschile, il cui contributo è fondamentale per contrastare il conflitto esistente tra l'individuo e il collettivo, la cui ottica è ripetitiva e conservatrice. In altri termini, il conflitto presente fin dal principio tra Afrodite e Psiche, mette in luce il tentativo di un'evoluzione psichica individuale, incarnata dalla fanciulla mortale, in opposizione alla Grande Madre terribile che non ammette il cambiamento e s'infiamma di fronte alla possibilità del risveglio del principio femminile, oltre che dell'inevitabile evoluzione del figlio, simbolo del maschile ad essa sottomesso.

Proseguendo nell'analisi della seconda prova imposta dalla grande dea, notiamo che in questo caso sono le parole di una canna a offrirle un suggerimento. Quest'ultima spiega in modo piuttosto evidente il legame dei montoni con il principio solare, nonché dell'elemento maschile

⁸¹ Per un approfondimento si veda E. Harding, *La donna dell'uomo*, in *La strada della donna*, trad. it. Astrolabio, 1951, pp. 17-51

per eccellenza. E rivela anche un grande segreto alla fanciulla senza speranze di fronte all'arduo compito: le suggerisce di attendere, il sole smetterà di splendere e la violenza delle bestie si attenuerà; così nella notte potrà adempiere al suo lavoro, quando il principio maschile si trova più vicino a quello femminile e la forza lascerà il passo a una relazione feconda, superando la reciproca ostilità. Per dirla con Neumann: «[Psiche]Non sottrae a un uomo disarmato e indebolito la sua forza al fine di ucciderlo, come la Madre Terribile e la figura a lei vicina dell'Anima negativa. [...] bensì trova in una situazione pacifica ciò che le è necessario, senza con questo nuocergli in alcun modo»⁸².

La dimensione notturna nella quale svolge il compito, però, determina una condizione ancora non del tutto cosciente: si tratta infatti di prendere contatto con un maschile del tutto inconscio, decisamente attivo e ancora violento, ma in questo momento le viene svelato un grande segreto, ossia che anche un principio schiacciante e in apparenza indomabile possiede delle debolezze. L'aspetto notturno rivela, così, la presenza di lati d'ombra anche nel maschile, proprio laddove perde la sua potenza per incontrare il femminile inconscio, l'Anima. In questo congiungimento degli opposti, seppur nelle profondità dell'inconscio, il femminile diviene attivo e svolge da sé il compito assegnatole. Questo fattore non può essere sottovalutato, poiché attraverso l'azione la fanciulla dimostra un primo tentativo di appropriazione delle qualità maschili, che pian piano risalgono alla coscienza e entrano a far parte della totalità psichica in modo consapevole. Nella prima prova, questo passaggio non accade ed è l'azione degli istinti a svolgere il compito di valutare e scindere; al contrario, ora Psiche porta a termine personalmente il lavoro, guadagnando maggior fiducia nelle proprie capacità.

Con la terza prova affidatale, però, tale fiducia viene nuovamente messa in crisi, tanto da raggiungere la cima della montagna convinta di morire in un burrone. Cosa sta a significare questa nuova incertezza? Con tutta probabilità possiamo affermare che il significato profondo riguarda la durezza del processo individuativo, che non può arrestarsi con la presa di coscienza degli elementi d'ombra presenti nella personalità. La scalata della montagna, simbolo per eccellenza del percorso spirituale, rappresenta la faticosa risalita dalle profondità, per portare alla luce ciò che fino a questo momento è rimasto inconscio. La paura di una caduta è quanto di più naturale si possa temere e rappresenta il rischio di una regressione del processo di emancipazione. Ma entriamo più nel merito del significato di questa terza prova: Psiche si trova ora a doversi appropriare dell'acqua sorgiva dello Stige, richiudendola in un contenitore. Un compito complesso per via della forza prorompente del fiume e impossibile per lei sola. Così, attraverso l'aiuto dell'aquila di Zeus, ancora una volta, porta a termine la missione. In questo

⁸² E. Neumann, *op. cit.*, p. 76

breve passo sono presenti ben due elementi di grande rilievo: il primo è l'acqua fluviale, la cui caratteristica essenziale, sottolineata da Neumann, riguarda il collegamento che crea tra ciò che sta più in alto, la sorgente, e ciò che sta più in basso, il letto del fiume Stige, che corre negli inferi. Essa simboleggia l'energia vitale in perpetuo movimento, e per questo impossibile da catturare. Si tratta di una forza incontenibile che Psiche deve riuscire però a placare. Il contenitore da riempire rappresenta la sua stessa capacità contenitiva e avvolgente di essere femminile, in contrasto invece con la potenza di un fiume generativo-maschile. Scrive Neumann: «In relazione alla psiche femminile è la potentissima forza numinosa-maschile di ciò che penetra per fecondare, cioè dell' 'uroboros patriarcale'»⁸³. L'atto di contenere tale energia simboleggia la capacità di sopportare l'isolamento che ha come scopo la generazione degli aspetti maschili nell'interiorità della fanciulla, ossia l'aspetto Animus, il quale, se sconosciuto, continua a manifestarsi attraverso la proiezione inconscia su un maschile reale. Per questo è necessario delimitare il campo d'indagine di un elemento così complesso e l'urna rappresenta esattamente questa delimitazione. L'analisi offertaci da E. Harding, in merito all'Animus è di assoluto interesse, poiché offre una visione concreta di quanto accade alle donne in preda all' 'amante ombra'⁸⁴, l'equivalente di quanto avviene nel mito di Amore e Psiche. Approfondirò tale concetto nel paragrafo successivo, per ora basti sapere che l'incontro con l'Animus è, come afferma Jung, opera del maestro, per questo è necessario giungere a tale conoscenza preparati e ciò può avvenire indagando incessantemente sugli aspetti Ombra della psiche, simboleggiati dal viaggio negli inferi che la fanciulla compie come ultima prova prima del nuovo incontro con Eros.

Per concludere l'analisi del terzo compito affidatole da Afrodite, però è necessario indagare, seppur brevemente, sul significato dell'aquila. L'uccello rapace per eccellenza simboleggia il massimo valore spirituale del maschile e nello specifico della narrazione, determina l'unione di maschile e femminile, conducendo Psiche ad una pienezza: la pienezza di una psiche in grado di contenere il principio maschile sviluppando una capacità d'osservazione più critica. Proprio quanto le serve per rimanere fedele a se stessa nel viaggio infero.

Acquisire la capacità d'osservazione su di sé è una caratteristica tutt'altro che semplice, poiché implica una costante attenzione e il coraggio di cambiare rotta qualora sia necessario, mantenendo la fermezza dell'Io. In altri termini, potremmo definire questa importante consapevolezza come l'incontro con il maschile spirituale dentro la donna, ossia il Logos, la componente razionale e saggia che si oppone al sentimentalismo estremo tipico del femminile.

In questa chiave è ora possibile comprendere anche la reazione di Eros, il quale, attraverso la fuga dimostra due importanti verità: la prima, più superficiale, spiega la sua scomparsa come

⁸³ *Ibidem*, p. 77

⁸⁴ E. Harding, *L'amante ombra* in *Op. cit.*, pp. 52-83

conseguenza alla trasgressione dell'ordine imposto a Psiche; la seconda, decisamente più profonda, ci pone di fronte al fatto che, nonostante la fanciulla abbia fatto chiarezza sull'identità dell'amato attraverso la lampada, quella non rappresenta la sua reale figura, che si rivela, piuttosto nel corso dell'evoluzione di Psiche. Nel suo percorso di conoscenza e incontro con il proprio aspetto maschile, infatti, ella coglie nuove sfaccettature dell'amato Eros, la cui potenza divina sarebbe troppo schiacciante se non superasse tutte le imprese per renderla più forte e adatta. La grandezza dell'evoluzione di Psiche sta, come sostiene Neumann, in «una evoluzione verso la coscienza che si compie sempre *con* coscienza»; e prosegue affermando: «Il cammino d'individuazione di Psiche è un processo di plasmazione delle forze uroboriche fino allora prive di forma. All'inizio, sotto la malia dell'Eros-drago, Psiche vive in uno stato di totale incoscienza; [...] È 'vita' in sé, vita di un'esistenza condotta nella totale oscurità, paradiso di piacere del drago, in cui tutto sfocia sempre di nuovo nel buio dell'inconscio. L'azione di Psiche ha spezzato definitivamente questo circolo. Hanno fatto irruzione luce e consapevolezza, e relazione individuale e amore hanno preso il posto del piacere anonimo e dell'oscuro abbraccio della mera istintualità»⁸⁵. In altri termini, l'unione di Psiche ed Eros nell'estasi del piacere rappresenta in modo semplice ed efficace i contenuti dell'inconscio collettivo; viceversa, la luce posta sulla relazione, pone fine alla *participation mystique*, per introdurci nell'ottica della psicologia dell'incontro individuale. E potremmo ancora aggiungere che la più grande conquista di Psiche consiste nel raggiungimento del suo scopo in modo indiretto, ossia non in modo maschile, ma con l'aiuto del maschile, cioè attraverso un'enorme forza d'animo, ma assolutamente non in modo eroico.

Sorprendente a questo proposito è però l'assegnazione della quarta prova. Se le prime tre possono essere ricongiunte allo sviluppo del principio maschile, quest'ultimo compito, invece, rivela l'aperto conflitto con l'elemento femminile impersonato da Afrodite-Persefone. Ciò che la Grande Madre domanda alla fanciulla è un vero e proprio viaggio negli inferi, laddove potrà recuperare una sostanza preziosa in possesso di Persefone. Dove comprendiamo di questo conflitto? Innanzitutto nella presenza di divinità femminili; in secondo luogo dalla discesa negli inferi, il cui significato, in quanto luogo oscuro, rappresenta l'inconscio, emblema del femminile, il ventre materno, la terra dove tutto si genera e il luogo dove l'albero mette le radici per il suo futuro sviluppo; in terzo luogo per la totale contrapposizione rispetto alla richiesta precedente, che vedeva Psiche raggiungere le più alte vette dello spirito.

Ma analizziamo come prosegue il percorso di Psiche. Anche quest'ultimo compito vede l'intervento di un aiutante, una torre, ma a differenza dei precedenti ci troviamo di fronte ad un

⁸⁵ E. Neumann, *Op. cit.*, p. 81

elemento simbolico piuttosto ambiguo. Lo stesso Neumann riflette dapprima sui rimandi maschili e femminili della torre, per giungere alla conclusione che il motivo su cui è necessario riflettere prescinde dal significato sessuale e si fonda piuttosto sul fatto che la torre sia eretta da mani umane e per questo rappresenta un prodotto del lavoro diretto dell'uomo. Essa rappresenta così la cultura e la coscienza dell'uomo, rivelando la sua 'capacità di guardare lontano'.

Inoltre, rivelando a Psiche il suo essere sola in questo viaggio, mette in luce la grande forza da questa acquisita per percorrere un sentiero di rinascita per amore di Eros. Il significato profondo di quest'ultima prova è di portare qualcosa di oscuro e infero nel mondo reale, ossia l'atto di presa di coscienza di quanto prima è stato vissuto in modo propriamente inconscio. Non vi è molto altro da sottolineare oltre a quanto è già stato detto; soltanto un piccolo dettaglio: la torre suggerisce a Psiche di non prestare soccorso ad alcune figure, il guardiano di un asino, il fantasma che sta affogando e le tessitrici, dicendole che la pietà non è lecita. Cosa potremmo dedurre da questo avviso? In accordo con Neumann, in questo momento per Psiche è fondamentale rimanere salda a se stessa e al proprio Io, proprio come in un vero e proprio rituale iniziatico. La fermezza, infatti, è un valore prettamente maschile, e in quanto tale valevole anche per la generale attività cosciente. Il più grande problema femminile, in effetti, riguarda la distrazione da questo processo per via dell' «incapacità, o meglio, la difficoltà di sospendere l'esigenza di aderenza e di relazione con le cose vicine in nome di uno scopo astratto e lontano; una difficoltà che ogni psiche femminile alle prese con il processo d'individuazione deve saper superare».⁸⁶ In questo senso è fondamentale quanto afferma la Harding rispetto al rischio di ricadere continuamente nella proiezione dell'Animus, sottraendosi dall'incontro interiore per prediligere sempre nuove relazioni proiettive e superficiali; nulla di più diffuso in ogni psiche femminile. L'ordine della torre, dunque comporta una lotta ardua contro la natura femminile di Psiche, ma si tratta di un principio femminile collettivo del quale deve prendere coscienza – e si badi bene che non può essere in alcun modo eliminato, poiché fondamento della naturalità della donna che altrimenti perderebbe la propria essenza.

Per concludere, dunque, l'ultimo compito rende manifeste le parole dell'oracolo di Apollo, le quali prevedevano nozze di morte per Psiche, sostituite dappprincipio con l'oscuro paradiso, ma affrontate ora in un viaggio estremo consapevole verso la morte. Soltanto attraverso il superamento di questa porta immaginaria, la fanciulla può divenire consciamente una donna in grado di amare davvero, mantenendo saldo il suo scopo.

L'ultimo passaggio di più complessa comprensione riguarda il momento in cui Psiche, tornata nel mondo, apre il vasetto contenente l'unguento di bellezza, incurante del consiglio della torre,

⁸⁶ *Ibidem*, pp. 84-85

addormentandosi in un sonno di morte. Cosa accade in questo punto dell'evoluzione? La donna ormai giunta a conclusione del suo processo crolla nell'astuzia di Afrodite, la quale desidera che Psiche torni a far parte del mondo infero della Grande Madre, che si rivela ora nel suo massimo aspetto negativo. Sembra esservi in questo evento un fallimento, una regressione alla sfera matriarcale; invece, per dirla con M. L. von Franz, si tratta dell'ultima sferrata del diavolo, che tenta in tutti i modi di impedire il completamento dell'opera. Quel che Afrodite dimentica è la gravidanza di Psiche, determinante per il legame individuale con Eros e motivo per cui questi torna dall'amata per risvegliarla dal sonno mortale in qualità di salvatore. Il fallimento, così acquisisce carattere positivo e non a caso, poiché porta alla luce la modalità, del tutto femminile, della lotta contro il drago: l'accettazione. In altri termini, qualunque sforzo si faccia per conoscere razionalmente il funzionamento della propria psiche, passando attraverso la fatica e il dolore, non vi è nulla di più bello di accettare di non essere solo consapevole. Perciò ritornare nell'inconscio, sbagliando dal punto di vista logico, significa accettare la nostra parte più oscura, lasciando che talvolta si manifesti in un aperto dialogo con la nostra coscienza. Viceversa, se tutto fosse soltanto ragionevolezza, vivremmo certamente molto meno dolore, ma in realtà non vivremmo affatto, poiché tutto sarebbe unicamente frutto di un calcolo.

Le nozze di Eros e Psiche nell'Olimpo simboleggiano il raggiungimento di una consapevolezza celeste oltre che istintuale, e la saggezza del femminile consiste proprio in questo: conoscere, fluttuare nelle altezze dello spirito, ma allo stesso tempo lasciarsi continuamente trascinare dal fiume della vita.

3.4 La sfuggevolezza dell'Animus

Occuparsi dell'Animus è quanto di più complesso per una psiche femminile in via di evoluzione, in quanto si tratta di una problematica di recente constatazione e, per questo, di scarsa conoscenza. Dalla letteratura, possiamo farci una vaga idea di cosa sia l'archetipo Animus e soprattutto gli studi più interessanti sono stati pubblicati in epoca decisamente precedente rispetto alla rivoluzione femminista, la cui affermazione è dimostrazione di un'evoluzione della donna tutt'altro che da sottovalutare. Ma questi aspetti sono stati già ampiamente sviluppati nel corso della trattazione. Ora si tratta di focalizzare l'attenzione su un complesso presente in ogni psiche femminile, così come nel caso dell'Anima nella psiche dell'uomo. Vi sono alcune curiose riflessioni in merito, che ritengo opportuno riportare, premettendo però che a differenza di quanto ha sviluppato Jung nei suoi studi⁸⁷, propongo un'analisi pratica di tale complesso, piuttosto di una teoretica, che finirebbe per rendere incomprensibile ciò che invece necessita di un rimando

⁸⁷ Per approfondimento si veda C. G. Jung, *L'Io e l'inconscio* in Opere vol. 7, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1993, pp. 121-236

alla concretezza.

Attraverso gli studi junghiani relativi al processo d'individuazione possiamo affermare che lo studio dell'Anima/Animus rimanda immediatamente alle questioni relazionali e in termini psicologici a tutto ciò che potremmo definire 'intrapichico'.⁸⁸ L'essere umano è per sua natura un animale sociale, tuttavia il processo individuativo lo conduce fin da principio in una sorta di isolamento. Ma il percorso di scoperta di sé riguarda, nella maggior parte dei casi, individui nella seconda fase della vita e dunque, si tratta di persone che si presume abbiano avuto una serie di esperienze sentimentali, siano esse rapporti amorosi o d'amicizia, o anche semplicemente rapporti interpersonali di ogni genere, attraverso i quali è possibile osservare criticamente i processi psichici in azione. Ogni qualvolta si prova una forma di attrazione o repulsione verso un'altra persona vi è certamente l'intervento dell'Animus (o dell'Anima nel caso degli uomini): entra così in gioco il fattore proiettivo e l'altra persona si trasforma in una sorta di *speculum* entro il quale si osserva la nostra immagine riflessa. Fino a che la proiezione dura la relazione appare idilliaca e le due persone sembrano essere perfette l'una per l'altra; ma questa fase non può durare a lungo, poiché molto presto ci si rende conto che l'altro non sempre coincide perfettamente con l'immagine che ci si era creati e da ciò nascono le prime fratture. Accade di frequente che l'identificazione con l'altro provochi una totale simbiosi, almeno nel periodo dell'innamoramento; in seguito, però le due individualità iniziano a reclamare le proprie singolarità e così il rapporto entra in crisi. Tutti gli studiosi di psicologia analitica concordano nel sostenere che questo processo coincida con l'inizio del ritiro della proiezione, ossia con la presa di coscienza che l'altro corrisponde ad un'immagine interiore e perciò non è stato fino a quel momento riconosciuto come individuo con caratteristiche singolari.

Fino a che la donna viveva nella totale inconsapevolezza e nell'accettazione del ruolo conferitole dall'uomo il problema non si poneva, poiché nel matrimonio non erano in gioco i due individui, bensì il fattore sociale. Non a caso, fino a qualche decennio fa, le unioni avvenivano per interessi, politici o economici, e non si teneva granché conto dei reali sentimenti tra i coniugi: il matrimonio si rivela così un costrutto morale che abbia come unico obiettivo la riproduzione della specie. Con la diffusione del divorzio, però, qualcosa ha iniziato a volgersi in un'altra direzione: accadeva di frequente, infatti, che persone unitesi per ragioni sociali, raggiunta la seconda fase della vita, iniziassero a ribellarsi a tale inquadramento per sperimentare l'amore come sentimento profondo, o soltanto per conoscere la propria individualità. Così, con il passare dei decenni, l'istituzione del matrimonio ha completamente perso il suo valore originario, per

⁸⁸ Con il termine 'intrapichico' s'intendono tutte le forme proiettive dell'esperienza umana, ossia tutti i fattori inconsci che si manifestano nell'esteriorità attraverso quel processo di transfert, attraverso cui è possibile prendere consapevolezza dei processi oscuri presenti nella psiche.

divenire una possibilità, un tentativo. Nessuno oggi si sposa più con la consapevolezza del significato di 'nella buona e nella cattiva sorte, in salute e in malattia': le difficoltà oggi sono motivo di fuga e così, seppur ci si unisca con i migliori propositi, si è infondo sicuri che la vita potrà offrire possibilità che potrebbero mettere a rischio qualunque relazione. In tal caso non mi riferisco a questioni psicologiche, ma ad aspetti pratici del mondo contemporaneo: penso, per esempio, alle occupazioni, così scarse che si deve sempre essere pronti ad accettare un trasferimento all'estero o in una città assai distante dalla propria; penso alla conseguente possibilità di nuovi incontri, persone che potrebbero somigliarci maggiormente e per questo rivelarsi più comprensive rispetto al partner avuto fino a quel momento. Penso inoltre al mondo dei social network, dei quali non intendo approfondire gli aspetti positivi e negativi, attraverso i quali è possibile relazionarsi con una moltitudine di persone senza necessariamente incontrarsi fisicamente. Tutto questo, giusto o sbagliato che sia, ha portato gli individui ad una superficialità piuttosto pericolosa, impedendo un incontro reale, concreto e profondo con l'Altro.

Quanto detto potrebbe apparire un'osservazione banale, ma di fatto è dimostrazione di un periodo di totale incertezza, nel quale sia gli uomini che le donne non sanno più cosa ricercare nell'unione. Fino a qualche decennio fa, il matrimonio avveniva in giovane età, e una donna che a trent'anni non fosse sposata era, con tutta probabilità, destinata a rimanere sola per il resto della vita. In realtà, molto spesso, si trattava di donne *outsider*, per certi versi, che preferivano un percorso verso la scoperta di sé, piuttosto che la subordinazione ad un uomo per ragioni d'interesse. Oggi giorno, tale questione è ancor più diffusa, ma lo è, prevalentemente, per ragioni di indipendenza economica e per obiettivi lavorativi. In ogni caso è rappresentativa di una svolta sociale, che conduce la donna a maggior consapevolezza di sé. In ogni caso però, il problema è tutt'altro che risolto: tant'è che le relazioni, con questi presupposti, sono ancor più complesse, per via dei retaggi passati presenti nella nostra psiche. Una donna consapevole, infatti, necessita di un partner altrettanto consapevole di sé, altrimenti potrebbe prender vita una sorta di matriarcato prevaricante, in cui il femminile esercita un potere sul maschile, soggiogandolo, come è accaduto in precedenza per essa stessa.

Ma proviamo ad entrare nel vivo della questione Animus. E. Jung, moglie di C. G. Jung e psicoanalista, ci propone una definizione interessante: «Queste due espressioni [Anima/Animus] indicano dei complessi funzionali che svolgono un'attività compensatrice nei confronti delle caratteristiche manifeste dell'individuo. In entrambi i casi si tratta di una vera e propria personalità interiore le cui proprietà sono complementari a quelle della personalità cosciente. Le caratteristiche di questi complessi, femminili nell'uomo e maschili nella donna, disturbano spesso l'adattamento dell'individuo alla realtà esterna e i suoi ideali coscienti, e per questo

motivo non vengono assimilate ai tratti esteriori della personalità»⁸⁹. In altri termini, tali archetipi si manifestano come una presenza oscura che accompagna uomini e donne nella loro quotidianità. Non a caso, E. Harding definisce il complesso femminile come ‘Amante ombra’⁹⁰, poiché per quanto si riversi nella vita reale della donna attraverso la proiezione su uomini in carne e ossa, non è nient’altro che un’immagine interiore di difficile percezione e appropriazione, di qui la scelta di definire l’Animus come sfuggibile. Prima che il processo individuativo abbia inizio, l’Animus ha le sembianze di un che di non identificato, come se non fosse possibile immaginarlo in un’immagine unitaria, tanto da palesarsi come fosse un’assemblea di uomini, un consiglio o attraverso le vesti di un uomo saggio, un padre legislatore, un sacerdote o una guida intellettuale e spirituale. In questa fase dello sviluppo, la donna non possiede la capacità di distinguere ciò che appartiene al frutto del suo pensiero egoico da ciò che invece è una formulazione di quest’entità, che potremmo tranquillamente definire come ‘morale collettiva’. Le sue sentenze non provengono da un’esperienza diretta, bensì sono formulate da un Animus che coincide con l’idea primordiale del maschile primitivo e che si manifesta secondo gli esempi maschili che la donna ha incontrato fino a quel momento della vita. A questo periodo potrebbe coincidere ciò che, in termini semplicistici, la psicologia ha definito come complesso paterno, ossia quell’incapacità da parte della figlia di prendere le distanze dall’immagine del padre. Si tratta, ovviamente, di una fase necessaria, affinché si sperimenti l’essenza dell’altro, ma come ogni questione psicologica, non può durare a lungo e deve necessariamente evolversi. A questo punto due sono i possibili sviluppi: da un lato potrebbe sorgere una forma di ribellione da tale immagine, ma dall’altro potrebbe non esservi alcuna evoluzione, ma un ulteriore assoggettamento a un altro maschile, come nel caso di una guida spirituale o di un marito, che sostituiscono la figura del padre.

In questa analisi mi occuperò del primo caso, che ritengo assolutamente più curioso e decisamente più costruttivo; viceversa, tralascierò, come in altre circostanze di occuparmi di quei fenomeni di regressione, assolutamente comuni e non necessariamente patologici, per cui sarebbero necessarie molteplici osservazioni e di cui è possibile trovare esempi nella letteratura.⁹¹ Se, dunque, l’unione inconsapevole con un uomo potrebbe impedire lo sviluppo della psiche femminile, la ribellione garantisce un tentativo manifesto di crescita. Tuttavia, anche questo percorso potrebbe far incontrare parecchie difficoltà: infatti la ribellione non è sempre sintomo

⁸⁹ E. Jung, *Animus e Anima*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992, p. 35

⁹⁰ E. Harding, *L’amante ombra in La strada della donna*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1951, pp. 52-83

⁹¹ Per approfondimento si veda M. L. von Franz, *La gatta*, trad. it. Magi, Roma, 2008; M. L. von Franz, *Il femminile nella fiaba*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1983; M. L. von Franz, *L’ombra femminile e i poteri dell’Animus in Le fiabe interpretate*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980, pp. 148-18; E. Jung, *Il problema dell’Animus in Animus e Anima*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992, pp. 31-70; E. Harding, *L’amante ombra in La strada della donna*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1951, pp.52-83; S. Di Lorenzo, *La donna e la sua ombra*, Liguori Editore, Napoli, 2001

di una volontaria e consapevole lotta. Ciò che accade nella maggior parte dei casi, rivela che una più o meno netta separazione dal complesso paterno, spinge la donna a non possedere alcun esempio maschile e, per questo, ad identificarsi essa stessa con le caratteristiche dell'uomo. In questo caso, ci si troverà di fronte a una donna forte e determinata, ma con un'interiorità assai fragile, poiché il suo unico interesse è quello di sviluppare una Persona socialmente attiva e con pari capacità dell'uomo. È quanto accaduto per il movimento femminista, che nel suo lottare per l'ottenimento di pari diritti ha trascurato i valori profondi e peculiari del femminile. Così, nonostante il raggiungimento di una grande indipendenza, il femminile agisce come fosse posseduto da una forza oscura tutta maschile. Ed è proprio questo l'Animus non identificato di cui ho detto più sopra. Esso agisce indipendentemente dalla volontà profonda della donna e si appropria di comportamenti che non le appartengono. In tal senso, anche le relazioni col sesso maschile si rivelano complicate: non a caso donne possedute dall'amante ombra tendono ad unirsi a uomini decisamente meno forti o molto più giovani rispetto a esse, cosicché il lato maschile continua ad agire indiscusso. Ciò che si ricerca è l'affermazione dell'Io, in un tentativo di opposizione rispetto all'atteggiamento patriarcale di cui è stata vittima per secoli. Il periodo storico-culturale in cui ci troviamo, però, esige dalla donna un nuovo cambio di rotta, o meglio, un ulteriore sforzo verso la riscoperta di ciò che le è più prossimo, poiché l'assunzione di un atteggiamento maschile non la rende una creatura completa e, con tutta probabilità, giungerà un momento in cui tale condizione potrà produrre una profonda crisi.

L'identificazione con l'Animus, a questo punto, s'interrompe: il più delle volte in modo traumatico, come se l'essenza del femminile scalpiti all'interno e cerchi la via giusta per manifestarsi. Può accadere a causa della rottura di una relazione duratura con il *partner*, o attraverso nevrosi o in termini fisici, sottoforma di disturbi legati all'apparato riproduttore; oppure, come di frequente accade da qualche decennio, attraverso gravidanze indesiderate, che rivelano, però, un desiderio inconscio di riappropriazione della femminilità. In merito vi è un interessante saggio di E. Pattis Zoia, psicoterapeuta milanese, che riflette sugli aspetti psicologici dell'aborto⁹², sottolineando come la libera scelta di abortire o no provochi a livello inconscio una forte esigenza di riconoscere la naturalità della gravidanza, come esperienza necessaria allo sviluppo della donna. Per rendere più esplicito quanto intendo affermare riporterò un passo assolutamente esemplificativo. Scrive la Pattis: «per Jung l'atto mancato, il sintomo, la nevrosi non rappresentano solo, come per Freud, il ritorno del rimosso, cioè di qualcosa che è già stato cosciente, ma anche l'espressione ancora rozza di un contenuto nuovo che preme per giungere alla coscienza e non può farlo se non turbando l'equilibrio psichico esistente».⁹³In altri termini,

⁹² E. Pattis Zoia, *Aborto. Perdita e rinnovamento*, trad. it. Moretti e Vitali, Bergamo, 2013

⁹³ *Ibidem*, p. 42

quel che si vuole portare alla luce non riguarda solo il desiderio inconscio di maternità, che sarebbe un elemento piuttosto evidente, soprattutto partendo dal presupposto che assai spesso l'avvenimento accade per un mancato o inappropriato uso di protezioni. L'aspetto curioso, in termini di evoluzione psichica, invece, riguarda piuttosto, l'esigenza vitale di sottoporsi ad una prova così ardua da provocare una notevole maturazione. Si tratta di una sorta di rituale iniziatico nel quale la donna porta all'esasperazione i suoi aspetti maschili, come a dimostrare a se stessa di avere la forza di affrontare una situazione che collettivamente è da sempre accettata come naturale. Interrompere tale processo si rivela, dunque, come una dimostrazione di forza e determinazione; ciò che però, in termini ancora più inconsci, vuole emergere è l'esigenza di consapevolezza del femminile, che non può e non deve ridursi alla maternità, che resterebbe, altrimenti una condizione provocata da un maschile 'violentatore'. Senza entrare troppo nel merito della questione, peraltro sviluppata in modo magistrale dall'autrice del testo, e frutto di controversie dal punto di vista etico-morale, porterò il lettore ad un'analisi simbolica di tale processo. Per utilizzare il linguaggio caro a Neumann, una gravidanza indesiderata potrebbe essere considerata come l'irruzione dell'archetipo della Grande Madre, in opposizione alla posizione cosciente della donna, decisamente maschile. Da un punto di vista logico, tutto questo potrebbe essere prevenuto, soprattutto grazie allo sviluppo della scienza e del sapere, ma è altresì vero che la tematica dell'Eros – poiché è di questo che si parla indirettamente – non può essere trattata in termini razionali.

Allo stesso modo di quanto ho già sostenuto nell'analisi del mito di Psiche e Amore, ciò che spinge la donna alla conoscenza non è affatto la ragione, ma il sentimento e l'esigenza di andare oltre ciò che è sconosciuto e indeterminato. Così, l'irruzione dell'elemento materno primitivo rende manifesto un conflitto nell'identità della donna, che non può più restare soggiogata al potere dell'elemento maschile esteriore, ma deve mettersi alla prova affinché tali qualità entrino a far parte del suo mondo interiore. Il dolore e la sofferenza che una scelta così radicale può comportare debbono essere la spinta verso la conoscenza di ciò che fino a quel momento non apparteneva alla donna, ossia i suoi tratti femminili.

Ovviamente, il processo descritto non è affatto così comune e molto spesso a seguito di una gravidanza indesiderata, la donna torna ad essere quel che era, voltando pagina e mantenendo un approccio razionale e prevalentemente maschile nei confronti della vita; oppure - problematica grandemente diffusa - è quella di ricadere nella stessa condizione e cioè di trovarsi nuovamente ad abortire. Ciò rende manifesta l'incapacità di comprendere come un evento del genere sia di grande importanza, poiché strettamente legato ad aspetti arcaici. Scrive a riguardo Patis: «L'aborto è tabù; tabù è un evento straordinario. Sebbene esso esca sempre dal quotidiano non si cerca di prevenirlo. A seconda dei casi esso genera angoscia, gioia, terrore, lutto, ma non è

mai soltanto qualche cosa di giusto o di sbagliato: è sempre qualcosa di grande».⁹⁴ E così come l'aborto, differenti possono essere le ragioni che scuotono la donna nel profondo per farle prendere consapevolezza di quell'atteggiamento che non rende giustizia alla sua profonda essenza: si tratta, però, sempre di eventi traumatici, poiché l'esasperazione della ragione rende impercettibile la voce del Sé, la quale non avrebbe altro modo per farsi sentire che attraverso la sofferenza. Essa è l'unico sentimento che ci costringe a richiuderci su di noi per ascoltare i nostri reali moti interiori.

Dunque, è a partire dal dolore che la donna può finalmente prendersi cura di se stessa, ricostruendo, tassello per tassello, la propria identità. Le prove di Psiche nel mito di Apuleio rappresentano il percorso di costruzione di una personalità completa, che sia capace di mantenere vivo il dialogo tra conscio e inconscio. Ed è a questo punto che anche l'Animus viene ridimensionato e non ha più un potere indomabile e la donna può entrare in contatto con il principio maschile presente in lei, il Logos, la Saggiezza. Ma prima che questo processo di discriminazione tra la donna e l'Animus divenga conscio è necessario attraversare diverse fasi, paragonabili alle prove cui Psiche si sottopone: esse sono descritte in modo dettagliato ed estremamente chiaro da E. Jung nel saggio sul 'problema dell'Animus'. Le manifestazioni di questo archetipo però non sono immediate come nel caso dell'Anima per l'uomo, i cui *topoi* sono la madre, la sorella, la donna amata, la figlia, una signora, una sacerdotessa o una strega. Esso si rivela alla coscienza in modo multiforme: può apparire, come ho più sopra anticipato, come un consiglio di padri o di saggi o come un illusionista con sembianze differenti. Scrive la Jung: «Conformemente all'orientamento oggettivo dell'uomo e al principio del logos, tale figura può manifestarsi in forme puramente oggettive e non relazionali, quali quelle del saggio, del giudice, dell'artista, del pilota, del meccanico, ecc. Spesso appare come lo straniero, e siccome per la psiche femminile lo spirito è qualcosa di estraneo e sconosciuto questa è probabilmente l'immagine più caratteristica dell'Animus»⁹⁵. Inoltre, a seconda delle qualità che vuole rappresentare assumerà forme differenti: per esempio nel caso voglia identificarsi con la leggerezza e la velocità, assumerà le vesti di un pilota, di un artista, di uno sciatore o di un ballerino; nei sogni tende a comparire come un uomo reale, il cui atteggiamento nella narrazione onirica, determina se i tratti che vuole portare alla coscienza siano positivi o negativi. Nel primo caso saremo in presenza di un padre soccorrevole e amoroso o di un amante affascinante; nel secondo invece, si manifesterà con caratteristiche di tiranno violento e spietato o come giudice e sfruttatore. In alcuni casi, poi, potrebbe rivelarsi come fanciullo, come figlio o giovane amico, il che determina uno sviluppo della donna in stato di divenire.

⁹⁴ *Ibidem*, p. 38

⁹⁵ *Op. cit.*, p. 58

Non vi è dunque uno studio definitivo rispetto alle rappresentazioni del maschile, in primo luogo per via della sua sfuggevolezza in quanto elemento spirituale; in secondo luogo come conseguenza del recente sviluppo del femminile, che non ha un fondamento collettivo saldo. Quanto sperimenta oggi la donna è ciò che di più innovativo e inaudito le sia mai stato consentito di vivere ed è per questa ragione che la relazione con l'altro si rivela come un territorio inesplorato e ricco di insidie. Ciò che ci è consentito fare è continuare a esplorare, ma con sempre maggiore consapevolezza, oltre che grande entusiasmo per le enormi possibilità che la parità sessuale ha comportato.

È questa la ragione fondamentale per cui ho scelto di non dilungarmi eccessivamente sulle varie rappresentazioni di questo archetipo, che ritengo meritorio, per ora, di essere soltanto osservate nella loro manifestazione, cercando di costituire un archivio più ricco, prima di dar forma ad un'analisi teoretica vera e propria. Non si può a questo proposito dimenticare che la manifestazione dell'elemento Anima è antico di millenni, così da rendere il suo studio più critico e differenziato. L'Animus, invece, ha una storia decisamente più recente, non nelle manifestazioni, che sono certamente da sempre esistite, ma a causa di una scarsissima trasmissione da parte della donna stessa.

CONCLUSIONE

Quando ho intrapreso il percorso di ricerca, non avevo la benché minima idea di cosa fosse la psicologia del femminile, né quale interesse questa desti nel mondo contemporaneo. Ho scavato alla scoperta del pensiero junghiano, che, fin da principio, è capace di render manifesta una visione psicologica ad ampio spettro e ho immediatamente compreso che qualcosa, nella società di oggi, funziona in modo innaturale. L'economia, la medicina e la tecnologia sono un esempio lampante di un meccanismo unidirezionale che tormenta l'individuo con la costante sensazione di doversi tenere al passo coi tempi. Tutto corre a ritmi estenuanti e, se non si vuole rischiare di essere tagliati fuori dal sistema, è necessario salire su questo treno ad alta velocità. Il problema nasce nel momento in cui si possiede una particolare sensibilità e l'esigenza di un contatto costante con la natura è così forte da divenire il basamento della ricerca e della realizzazione personale. Ho creduto a lungo di essere un pesce fuor d'acqua, di non possedere la forza di volontà e l'energia per partecipare alla giostra sociale contemporanea, incuriosita com'ero dalla psicologia e dalla spiritualità. Poi, l'incontro con Jung mi ha rivelato di non essere affatto posseduta da una qualche forma di sociopatia e di essere assolutamente al passo coi tempi e le esigenze dell'uomo contemporaneo, sprovvisto di quella cultura arcaica che dona senso e profondità alla vita. Ho scoperto così l'esistenza di un sapere che non affonda le sue radici sul pensiero logico razionale, ma su un'esperienza vitale completa, che si basa sull'esperienza diretta e individuale. La psicologia del profondo, infatti, si pone come obiettivo lo studio dell'essere umano nella sua unicità, senza emettere alcun giudizio di valore sul modo di vivere di ciascuno, ma sottolineando l'importanza di riscoprire quei valori universali che appartengono all'uomo da sempre. Jung chiama questo tessuto "inconscio collettivo", io preferisco parlare di "Natura"; non perché questo sia più vicino alla New Age e al mondo Hippie – e dunque più naïf e onirico- ma perché ritengo che sia quanto mai necessaria una semplificazione di quei concetti da egli espressi, al fine di permettere una diffusione reale di una ricerca ancor oggi elitaria rispetto a tutti gli studi esistenti sulla psicologia. Credo fermamente che la ricerca psicologica non possa avvenire attraverso manuali scientifici che ingabbiano le problematiche in categorie chiuse; ritengo, piuttosto, che vada affrontata come insieme di istanze dialoganti, senza necessità di esclusione alcuna. Attraverso gli studi junghiani si impara a deporre la ragione, per dar spazio alla creatività, cosicché, anche il più assurdo e folle delirio, possa essere osservato come la manifestazione di una realtà oscura, che preme per divenire realtà oggettiva. Con questo punto di vista, si smette di demonizzare ciò che è diverso e imprevedibile, per abbracciarlo come una delle tante possibilità che ci sono date nella nostra esistenza. Si tratta del mistero, ossia di quegli aspetti che,

nemmeno la mente più acuta è in grado di tradurre a parole o in formule. Ciò che è misterioso rimane tale e può essere scoperto soltanto passo per passo, lasciando che le funzioni psichiche inferiori lavorino per questo compito. Con l'avvento della modernità, l'uomo ha decretato una spaccatura nella sua totalità e ha via via abbandonato tutto ciò che non poteva comprendere attraverso il pensiero o la sensazione – le funzioni psichiche che la società contemporanea ha condotto all'imperio. Attraverso l'approccio di Jung, però, ci rendiamo conto dell'esistenza di altre due funzioni: l'intuizione e il sentimento, agli antipodi rispetto alle prime, ma in assoluto le più spontanee e naturali. Non occorre essere ricercatori o intellettuali per comprendere che, ogniqualvolta affiori un sentimento, non vi è possibilità di razionalizzare. L'amore, come l'odio, oppure la felicità come la tristezza, nascono in un luogo sconosciuto e sono indomabili: tremano le gambe, prudono le mani, si è energici o si piange senza motivo. Allo stesso modo, l'intuizione ci dà la certezza che una situazione si risolverà in un determinato modo e soltanto a distanza di tempo ne avremo una conferma concreta e reale. Si tratta di esperienze comuni a tutta l'umanità, a prescindere dal contesto culturale e dal periodo storico e per questa ragione non possono essere ritenute inferiori e inadeguate. Questi concetti, che ho provato a esprimere in varie forme durante il corso di tutta la trattazione, sono gli elementi necessari affinché si verifichi un miglioramento della società contemporanea, poco propensa all'apertura verso il diverso e l'oscuro: non a caso, l'epoca che porta i semi dello sviluppo attuale, ha preso il nome di 'secolo dei lumi'. Purtroppo però, laddove è presente un insieme di contenuti coscienti e solidi, la nostra parte più remota e inconscia perpetua in un lavoro costante, tale da generare un'energia potente e violenta che possa affermarsi qualora vi sia un abbassamento del livello della coscienza. Per questa ragione, nonostante il contributo dell'approccio scientifico abbia condotto ad una notevole evoluzione, è oggi più che mai necessaria, piuttosto, una sorta di involuzione verso gli aspetti più remoti, ma in assoluto più naturali. Quel che intendo non riguarda un retrocedere tecnologico o scientifico, peraltro impossibile se non attraverso una malaugurata catastrofe, bensì un tentativo di riequilibrio, che permetta maggior unione tra due sfere oggi completamente separate e, per certi versi, un contenimento delle relative forze in gioco. Se si pensa alla prepotenza con cui l'economia e il consumismo si sono imposti all'essere umano, sfuggendogli di mano, ci si rende conto che togliere potenza a questo sistema potrebbe già essere una soluzione ai problemi moderni. Allo stesso modo, il mondo interiore e l'inconscio, a lungo repressi, cercano in tutti i modi possibili un riscatto, tanto da manifestarsi in modo generico, attraverso eventi violenti. Le malattie, le guerre, le violenze sessuali e i genocidi, altro non sono che l'espressione più immediata utilizzata dall'inconscio perché la coscienza rallenti il suo evolversi. L'impeto e la forza di tali moti oscuri possono essere domati soltanto attraverso l'accettazione della loro esistenza all'interno di ciascun individuo, poiché appartengono a noi tutti, talvolta soltanto in

potenza, ma talaltra in modo evidente. In altri termini, è questo l'insegnamento che dobbiamo far nostro abbracciando la cultura orientale: non il totale controllo di un aspetto a discapito di un altro, bensì la capacità di osservare quanto accade nella nostra interiorità, rivolgendoci ad essa con occhio critico ed elevandola a realtà di fatto, seppur non dimostrabile come nel caso dell'esteriorità. Quando l'Oriente parla di *māyā*, affermando che tutto ciò che è esteriore all'individuo è illusione, intende proprio questo: sono i nostri complessi irrisolti e incompresi ad agire al posto nostro, impedendoci di vedere che, quel che accade nel mondo dei fatti dipende solo e unicamente da noi e dal nostro approccio su ciò che ci circonda. Ne sono dimostrazione gli esempi riportati in svariate occasioni da M. L. von Franz in merito alle scoperte scientifiche: le grandi scoperte, infatti, provengono sempre da menti eccelse, non soltanto per grandi doti razionali, ma per la loro capacità di puntare il lume su ciò che non era mai stato osservato. Direi in modo più esplicito, sulla volontà di mettere in dubbio tutte le certezze raggiunte fino ad un dato momento, per aprirsi a nuovi punti di vista. Questo è il punto focale della ricerca che ho sviluppato, poiché è in ciò che non conosciamo ancora che ritroviamo la speranza di nuove conoscenze e di nuove risposte per quel che ha da venire.

Lo studio dell'Oriente è stata la mia prima grande 'conquista' e attraverso l'approfondimento della disciplina yoga ho compreso che l'Occidente, affetto da una grave inflazione, non è in grado di riconoscere i propri limiti, a tal punto da ritenere la propria cultura come l'unica possibile e tentando da diverse epoche, ormai, d'imporre la propria visione. Ma chi può determinare ciò che è giusto e ciò che è sbagliato? L'Oriente a riguardo si astiene, lasciando che sia il singolo a fare i conti con se stesso, dandogli la possibilità di agire da individuo maturo in grado di valutare le conseguenze delle proprie azioni. La mente occidentale questo non lo fa, poiché nella sua logica è Dio l'unica autorità che possa stabilire il buono o il cattivo operato. Ma se noi affrontiamo il problema di Dio in termini psicoanalitici, conveniamo inevitabilmente con Jung, che si tratta di un'esigenza tutta occidentale quella di esteriorizzare un'immagine divina che appartiene, piuttosto, alla nostra psiche. Così l'esperienza della responsabilità, qualità dell'individuo maturo, ricade su un'entità lontana e invisibile, che peraltro non corrisponde nemmeno più alle esigenze dell'uomo di oggi e dunque tramonta nell'oscurità, rivelando, piuttosto, gli aspetti infantili della coscienza contemporanea. Se vogliamo, invece, dare all'uomo la possibilità di redimersi, dobbiamo inevitabilmente educarlo alla maturità e con essa, al senso di consapevolezza dato dall'esperienza di sé. Questo è il secondo punto fondamentale della filosofia yogica, ossia quello che impone la disciplina. L'esercizio costante a rimanere nel *hic et nunc* e allo stesso tempo, la capacità di osservare se stessi con occhio critico, come se una terza entità fuoriuscisse dal nostro corpo terreno per osservarci da altre prospettive, sono le esperienze necessarie per riunire i riquadri di un puzzle fino ad ora separati. In termini junghiani si tratta

della presa di coscienza della presenza di due macro 'personalità' presenti in ognuno di noi: la *persona*, cioè la maschera che s'indossa nel rapporto con gli altri e il Sé, nonché l'essenza profonda di noi stessi. Quando queste due entità tornano a ricongiungersi, accettandosi, danno avvio al processo d'individuazione, ossia quel percorso che ci consente di realizzare ciò che realmente sentiamo di essere, pur mantenendo la maschera che il mondo esteriore ci richiede e per protezione e per ragioni puramente culturali.

È proprio a questo punto della mia ricerca che ho sentito di dover rivolgere l'attenzione alla psicologia del femminile; non sarebbe stato possibile, infatti, proseguire negli studi sulla filosofia orientale, senza sacrificare la mia essenza femminile. Se, d'altro canto, la psicologia analitica spinge l'individuo alla ricerca di quella dimensione profonda e oscura negli abissi della mente, l'Oriente stimola l'allievo verso l'elevazione spirituale, un percorso decisamente agli antipodi rispetto alle esigenze di una psiche femminile. La donna, infatti, per sua natura è molto più incline alla ricerca e alla creatività interiore, piuttosto che alla scoperta dell'estasi dello Spirito, nonostante i tempi moderni l'abbiano vista in molte occasioni alle prese con un tentativo di ribellione da tale concezione. Quanto è accaduto con l'affermazione del femminismo è quel che di più naturale possa manifestarsi dopo secoli di sottomissione al patriarcato; ma allo stesso tempo, costringe la donna al sacrificio di ciò che le è più caro in termini di natura. Si sa, però, che l'imposizione razionale di comportamenti provoca la costruzione di un sistema morale che conduce lontano da ciò che invece è istintivo. E ciò lo apprendiamo dagli studi di Jung relativi al problema della religiosità come imposizione di canoni che ingabbiano l'uomo in un dogma, privandolo della sua libertà profonda. Laddove la morale collettiva è più forte delle esigenze individuali, non ci si può stupire della diffusione di nevrosi e psicosi, poiché queste ultime sono un naturale tentativo inconscio di riportare equilibrio ove questo è andato perduto.

Con tutta probabilità, la spinta verso l'emancipazione femminile non è affatto terminata e molto ancora la donna dovrà fare per potersi affermare allo stesso modo dell'uomo; quel che però è indispensabile comprendere è che la via corretta non può essere un tentativo di supremazia femminile, attraverso il matriarcato delle amazzoni – in grado di sopravvivere privandosi del maschile – o di imitazione dell'atteggiamento dell'uomo, bensì comprendendo e determinando i rispettivi ruoli naturali, affinché si dia vita al giusto equilibrio. Per percorrere questa via, però, non possiamo più aspettarci che un movimento spirituale collettivo ci conduca verso nuovi orizzonti; dobbiamo piuttosto risvoltare le maniche e metterci al lavoro, poiché il cambiamento può avvenire soltanto con la responsabilità individuale, di ciascun uomo e ciascuna donna. E se volessimo fare un passo ulteriore, dovremmo metterci nell'ottica di armarci di grande umiltà, per aiutarci e sostenerci l'un l'altro, riconoscendo i rispettivi limiti, perché è attraverso il confronto con l'Altro che avviene la crescita.

Affermando questo, intendo ritornare sulla questione, già trattata in precedenza, relativa alla psicologia dell'incontro, nonché quel territorio inesplorato dei nostri giorni, ossia la relazione tra due individui che abbiano saputo guardare ai limiti imposti fino ad ora dalla cultura patriarcale, per superarli e redimere la propria totalità psichica in un incontro consapevole con il sesso opposto. Maturare significa questo: essere consapevoli e responsabili di ciò che siamo, affinché qualunque relazione poggi su un sostegno saldo, ma duttile e capace di modificarsi ogni qualvolta ci si accorga esservi un'opposizione al proprio personale cambiamento. La resistenza che manifestiamo verso determinate situazioni, infatti, è sintomo che qualcosa di collettivo e inconscio agisce ancora su di noi; per questo siamo tenuti a mantenere viva l'attenzione sulla nostra interiorità, poiché solo così facendo saremo in grado di conoscere e affrontare i nostri aspetti ombra, causa dell'incapacità di proseguire nella nostra evoluzione.

Senza volermi addentrare eccessivamente in un universo che non ho potuto esplorare in termini scientifici, ciò che ho affermato può trovare corrispondenza nelle manifestazioni del nostro corpo. Lo yoga, la cui disciplina prevede un costante lavoro fisico, lo insegna in modo magistrale: laddove il nostro corpo è debole vi saranno aspetti del nostro carattere che debbono essere rafforzati, così come quando contratture e dolori non ci fanno muovere liberi e percepiamo un senso di pesantezza. In queste circostanze sarebbe opportuno provare a indagare quali aspetti interiori siano bloccati o quali situazioni appesantiscano la nostra mente; potrebbe trattarsi di scelte che rimandiamo e di pesi troppo grandi per essere sostenuti da soli. In tal modo, imparando a dar retta al nostro corpo, potremmo migliorare il dialogo tra esteriorità e interiorità e sviluppare la capacità di ascolto della nostra voce profonda, quella del Sé. Allo stesso modo del sintomo psichico, quello fisico prova a portare a livello cosciente ciò che è ancora inconscio, tenendo viva la nostra fame di scoperta. Per questa ragione non dovremmo intervenire su problemi nascenti placandoli, bensì dando loro la possibilità di esprimersi fino a che sia necessario, per giungere al nocciolo della questione psicologica che, con forza, vuole emergere.

Il fatto che le dinamiche interiori si manifestino attraverso il corpo non è affatto un caso, soprattutto se concordiamo sul fatto che da secoli, ormai, riteniamo che il centro dell'individuo sia la mente, artefice di tutti i suoi costrutti astratti. La ragione, come il pensiero, però, appartengono al mondo del Logos, una realtà che definirei ultraterrena, non necessariamente perché legata a questioni religiose, ma per via della capacità di distaccarsi dalla materia. Il corpo invece è quanto di più terreno e concreto possediamo: esso è l'elemento che ci tiene ancorati ai cicli naturali e attraverso di esso ci accorgiamo di essere vivi nel qui e ora. In quanto aspetto materiale, riporta la mente razionale maschile a riprendere contatto con gli elementi femminili della Madre Terra; per questo, qualora insorga una malattia, più o meno grave, dovremmo interrogarci prima di tutto su quali aspetti istintuali e naturali abbiamo trascurato.

Lo studio della psicologia femminile, dunque, interviene a supporto anche di questioni prettamente materiali, per questo non può rimanere un territorio inesplorato, tanto per la donna quanto per l'uomo. Nel primo caso come opportunità per una crescita consapevole; nel secondo, invece come tentativo di ridimensionamento di quegli aspetti che per secoli si sono evoluti vertiginosamente, trascurando l'importanza del momento presente, il quale deve necessariamente essere vissuto nella sua totalità, dando la possibilità a tutte le funzioni psichiche di esprimersi.

Ricordiamo, perciò, con costanza, che senza sentimento non può esservi vita, poiché i sentimenti – positivi o negativi che siano – sono il motore delle nostre scelte e dando loro ascolto potremmo davvero essere liberi di camminare nella stessa direzione del nostro Sé profondo, il *daimon* platonico.

Detto questo, credo fermamente che in ambito psicologico non sia possibile alcuna analisi definitiva; probabilmente possedere qualche piccola indicazione su come addentrarsi nella conoscenza di sé potrebbe essere d'aiuto, ma non è certo questo l'obiettivo di tale studio. Dunque, se dovessi provare a concludere un lavoro così complesso, e necessario affermare che ogni riflessione qui presente deve essere contestualizzata nel mondo occidentale del XXI secolo, altrimenti tutto sembrerebbe troppo generico e superficiale. Con l'augurio, però, che quanto ho avuto la fortuna di osservare, possa contribuire ad una valutazione critica di una cultura secolare che si trova oggi in una lunga fase di transizione. Non è inoltre possibile valutare quanto accadrà nel prossimo futuro, poiché i moti inconsci collettivi non seguono i ritmi della ragione: essi sono lenti e, prima che divengano coscienti, passeranno decine d'anni. Ciò non m'impedisce di credere che il recupero degli aspetti femminili, sia a livello individuale che collettivo, possa far progredire l'uomo verso una conoscenza più profonda di sé, dandogli quel sostegno necessario affinché torni a credere nella sua essenza in modo convinto, soprattutto senza delegare a nessun altro la propria volontà.

Bibliografia

- AA.VV., *Women's voices*, vol. 91 Spring journal publications, New Orleans, 2014
- Avalon, A., *Il potere del serpente*, trad. it. Mediterranee, Roma, 1968
- Avalon, A., *Tantra della grande liberazione*, trad. it. Mediterranee, Roma, 1987
- Bergson, H., *Materia e memoria*, trad. it. Laterza, Bari, 2011⁶
- Bernhard, E., *Mitobiografia*, trad. it. Adelphi, Milano, 2007⁵
- Blake, W., *Visioni*, trad. it. Mondadori, Milano, 1965
- Bolen, J. S., *Gli dei dentro l'uomo. Una nuova psicologia maschile*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1994
- Bolen, J. S., *Le dee dentro la donna. Una nuova psicologia femminile*, trad. it. Astrolabio, Roma, 1991
- Bonvecchio, C., *Miti, simboli, poilitica*, Jouvence, Milano, 2014
- Buber, M., *L'insegnamento del Tao*, trad. it. Il nuovo melangolo, Genova, 2013
- Buber, M., *Sul dialogo. Parole che attraversano*, trad. it. San Paolo, 2013
- Chevalier, J. e Gheerbrant, A., *Dizionario dei simboli*, trad. it. BUR Rizzoli, Milano, 1987³
- Corbin, H., *Il paradosso del monoteismo*, trad. it., Mimesis, Milano-Udine, 2011
- De Luca Comandini, F., *L'immaginazione attiva*, Vivarium, Roma, 2002
- Di Lorenzo, S., *La donna e la sua ombra*, Liguori, Napoli, 2001³
- Daumal, R., *Il monte analogo*, trad. it. Adelphi², Milano, 1991
- Douglas, C., *Interpretare l'ignoto*, trad. it. Edizioni Magi, Roma, 2006
- (a cura di) Duyvendak, J. J. L., *Tao t'ê ching*, trad. it. Adelphi, Milano, 2011¹¹
- Durand, G., *Le strutture antropologiche dell'immaginario*, trad. it. Edizioni Dedalo, Bari, 2009
- Eliade, M., *Trattato di storia delle religioni*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2008³
- Eliade, M., *Il mito dell'eterno ritorno*, trad. it. Borla, Roma, 2010⁵
- Eliade, M., *Lo sciamanismo e le tecniche dell'estasi*, trad. it. Mediterranee, Roma, 2005⁸
- Eliade, M., *Lo yoga. Immortalità e libertà*, trad. it. BUR Rizzoli, Milano, 2014⁶
- Eliade, M., *Tecniche dello yoga*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2013⁷
- (A cura di) Esnoul, A-M., *Bhagavadgītā*, trad. it. Adelphi, Milano, 2013¹⁰
- Estés, C. P., *Donne che corrono coi lupi*, trad. it. Frassinelli, 2007 (Edizione ampliata e aggiornata)
- Evola, J., *Meditazioni dalle vette*, trad. it. Mediterranee, Roma, 2003
- Franci, G. R., *L'induismo, Il mulino*, Bologna, 2005
- Freud, S., *Psicopatologia della vita quotidiana*, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1971²
- Gioni, M., *La Grande Madre*, Skira, Milano, 2015
- Gombrich, R., *Il pensiero del Buddha*, trad. it. Adelphi, Milano, 2012

- Guénon, R., Simboli della Scienza sacra, trad. it. Adelphi, Milano, 2011¹¹
- Hannah, B., The Animus: the Spirit of inner truth in women vol. 1, Chiron Publications, Illinois, 2011
- Hannah, B., The Animus: the Spirit of inner truth in women vol. 2, Chiron Publications, Illinois, 2011
- Harding, E., I misteri della donna, trad. it. Astrolabio, Roma, 1973
- Harding, E., La strada della donna, trad. it. Astrolabio, Roma, 1951
- Harris, J., Jung and Yoga. The Psyche-body connection, Inner City Books, Toronto, 2001
- Hillman, J., Anima, trad. it. Adelphi, Milano, 2011⁶
- Hillman, J., Il codice dell'anima, trad. it. Adelphi, Milano, 1997
- Hillman, J., Il mito dell'analisi, trad. it. Adelphi, Milano, 2009⁹
- Hillman, J., La forza del carattere, trad. it. Adelphi, Milano, 2000
- Hillman, J., Puer aeternus, trad. it. Adelphi, Milano, 2013¹³
- Irigaray, L., Essere due, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1994 (ristampa 2015)
- Jacobi, J., La psicologia di C. G. Jung, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1965 (ristampa 2014)
- Jung, C. G., Opere vol. 1 Studi Psichiatrici, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1997
- Jung, C. G., Opere vol. 2* L'associazione verbale negli individui normali, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1998
- Jung, C. G., Opere vol. 2** Ricerche sperimentali, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1998
- Jung, C. G., Opere vol. 3 Psicogenesi delle malattie mentali, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1999
- Jung, C. G., Opere vol. 4 Freud e la psicanalisi, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1998
- Jung, C. G., Opere vol. 5 Simboli della trasformazione, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1992
- Jung, C. G., Opere vol. 6 Tipi psicologici, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1996
- Jung, C. G., Opere vol. 7 Due testi di psicologia analitica, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1993
- Jung, C. G., Opere vol. 8 La dinamica dell'inconscio, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1994
- Jung, C. G., Opere vol. 9* Archetipi dell'inconscio collettivo, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1997
- Jung, C. G., Opere vol. 9** Aion, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1997

- Jung, C. G., Opere vol. 10* Il periodo fra le due guerre, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1998
- Jung, C. G., Opere vol. 10** Dopo la catastrofe, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1998
- Jung, C. G., Opere vol. 11 Psicologia e religione, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1992
- Jung, C. G., Opere vol. 12 Psicologia e alchimia, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1995
- Jung, C. G., Opere vol. 13 Studio sull'alchimia, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1997
- Jung, C. G., Opere vol. 14 Mysterium Coniunctionis, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1991
- Jung, C. G., Opere vol. 15 Psicoanalisi e psicologia analitica, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1997
- Jung, C. G., Opere vol. 16 Pratica della psicoterapia, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1993
- Jung, C. G., Opere vol. 17 Lo sviluppo della personalità, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1999
- Jung, C. G., Opere vol. 18 La vita simbolica, trad. it. Bollati Boringhieri (collana Gli Archi), Torino, 1999
- Jung, C. G., La psiche infantile, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1994
- Jung, C. G., La psicologia del Kundalini-yoga, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2004
- Jung, C. G., I sogni dei bambini (vol. 1), trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2013
- Jung, C. G., I sogni dei bambini (vol. 2), trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2014
- Jung, C. G., Il Libro rosso, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2010
- Jung, C. G., Lo Zarathustra di Nietzsche (vol. 1), trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2011
- Jung, C. G., Lo Zarathustra di Nietzsche (vol. 2), trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2012
- Jung, C. G., Lo Zarathustra di Nietzsche (vol. 3), trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2013
- Jung, C. G., Ricordi, sogni, riflessioni, trad. it. BUR Rizzoli, Milano, 2010¹³
- Jung, C. G. e Wilhelm, R., Il segreto del fiore d'oro, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2001²
- Jung, C. G. e Kerényi, K., Prolegomeni allo studio della mitologia, Bollati Boringhieri, Torino, 2012
- Jung, E., Animus e Anima, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992 (ristampa 2012)
- Jünger, E., Il trattato del ribelle, trad. it. Adelphi, Milano, 2010¹²
- Keyserling, H., Diario di viaggio di un filosofo. L'India, trad. it. Neri Pozza, Vicenza, 2002
- Kerényi, K., Gli dei e gli eroi della Grecia, Il Saggiatore, Milano, 2015 (prima edizione 1963)

- Kerényi, K., Dioniso, trad. it. Adelphi, Milano, 1992
- Kubin, A., L'altra parte, trad. it., Adelphi, Milano, 1965⁶
- Maharshi, Sri R., Opere, trad. it. Ubaldini Editore, Roma, 2012
- Mann, T., La montagna incantata, trad. it. Corbaccio, Milano, 1992
- (a cura di) Moraldi, L., I vangeli gnostici, trad. it. Adelphi, Milano, 2013¹⁵
- Nante, B., Guida alla lettura del Libro Rosso di Jung, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2012
- Neri, N., Oltre l'ombra. Donne intorno a Jung, Borla, Roma, 2010²
- Neumann, E., Amore e Psiche, trad. it. Astrolabio, Roma, 1989
- Neumann, E., La Grande Madre, trad. it. Astrolabio, Roma, 1981
- Neumann, E., La psicologia del femminile, trad. it. Astrolabio, Roma, 1975
- Neumann, E., Storia delle origini della coscienza, trad. it. Astrolabio, Roma, 1978
- Nietzsche, F., Ecce homo, trad. it. Adelphi, Milano, 1991
- Nietzsche, F., Così parlò Zarathustra. Un libro per tutti e per nessuno, trad. it. Adelphi, Milano, 2012³²
- Panikkar, R., I veda, trad. it. BUR Rizzoli, Milano, 2001
- Panikkar, R., Il silenzio del Buddha. Un ateismo religioso, trad. it. Mondadori, Milano, 2006
- Pattis Zoja, E., Aborto: perdita e rinnovamento, Moretti e Vitali, Bergamo, 2013
- Platone, La Repubblica, trad. it. La nuova Italia, Firenze, 1940
- Platone, Simposio, trad. it. Adelphi, Milano, 2013²⁹
- Rama, S., Yoga e psicoterapia, trad. it. Mediterranee, Roma, 2003
- Schopenhauer, A., Il mondo come volontà e rappresentazione, trad. it. Laterza, Bari, 2008¹³
- Sri Aurobindo, La sintesi dello yoga 1, Ubaldini Editore, Roma, 1967
- Sri Aurobindo, La sintesi dello yoga 2, Ubaldini Editore, Roma, 1969
- Sri Aurobindo, La sintesi dello yoga 3, Ubaldini Editore, Roma, 1969
- Suzuki, D. T., Introduzione al Buddhismo zen, trad. it., Ubaldini Editore, Roma, 1970
- Taimni, I. K., La scienza dello yoga, trad. it. Ubaldini Editore, Roma, 1970
- Tönnies, F., Comunità e società, trad. it. Laterza, Bari, 2011
- Van Gennep, A., I riti di passaggio, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2012
- Viazzo, P. P., Comunità Alpine, trad. it. Il Mulino, Bologna, 1990
- Von Franz, M. L., Alchimia, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1984 (ristampa 2015)
- Von Franz, M. L., Il femminile nella fiaba, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1983 (ristampa 2014)
- Von Franz, M. L., Il mito di Jung, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 2014²
- Von Franz, M. L., Il mondo dei sogni, trad. it. Red, Milano, 1990 (ristampa 2014)
- Von Franz, M. L., La gatta. Una fiaba sulla redenzione del femminile, trad. it. Edizioni Magi, 2014³
- Von Franz, M. L., Le fiabe interpretate, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1980 (ristampa 2012)
- Von Franz, M. L., Psiche e materia, trad. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1992 (ristampa 2014)

- Von Franz, M. L., *Tipologia psicologica*, trad. it. Red, Milano, 1988 (ristampa 2008)
- Wilhelm, R., *I King. Il libro dei mutamenti*, Astrolabio, Roma, 1955
- Wilhelm, R., *I Ching. Il libro dei mutamenti*, trad. it. Adelphi, Milano, 1991
- Zimmer, H., *Miti e simboli dell'India*, trad. it. Adelphi, Milano, 2012⁴
- Zimmer, H., *La via del Sé*, trad. it. Laterza, Bari, 2007
- Zolla, E., *Che cos'è la tradizione*, trad. it., Portico, 1971

