

Il metodo della immaginazione attiva nella psicologia di C. G. Jung

Silvia Di Lorenzo, Milano

CAPITOLO I

L'IMMAGINAZIONE ATTIVA: DEFINIZIONE E LIMITI

Il metodo dell'immaginazione attiva, introdotto da Jung nel lavoro analitico come mezzo ideale di confronto con l'inconscio e come ausilio terapeutico spesso insostituibile, nei casi in cui il conflitto tra contenuti consci e inconsci sia giunto a quel punto critico, di fronte al quale la « ragionevolezza » del paziente e dello stesso medico si dimostra del tutto impotente, non ha trovato dovunque una estesa applicazione clinica ed è stato preso in seria considerazione solo da alcuni diretti allievi di Jung. Sembra che per lo più si sia preferito non farne uso nella prassi terapeutica, soprattutto — mi pare — per due motivi:

1. Il pericolo, dal quale lo stesso Jung tante volte mette in guardia, che i contenuti inconsci attivati dall'immaginazione attiva possiedano una carica energetica tanto alta da sopraffare l'io, dando origine a un episodio psicotico (1). Questo va tenuto presente soprattutto nei casi di psicosi latente.

2. Il preconetto secondo il quale l'immaginazione attiva è oscuramente percepita come un artificio innaturale, nato nel clima degli studi alchemici di Jung e da collegarsi con certi interessi per fenomeni più o meno occulti che affascinavano la sua mente geniale, piuttosto che realmente ispirata ad esigenze cliniche di portata pratica.

Effettivamente può apparire strano che quello che è « il contributo caratteristico della psicologia analitica » (2) sia stato, per così dire, messo da parte. Ma la verità è che generalmente si tende a leggere e magari anche ad amare gli studi di Jung sull'alchimia piuttosto dal punto di vista dell'interesse storico e genericamente umano, in essi indubbiamente presente, che da quello della loro utilità pratica per il lavoro analitico. Proprio in questo senso resta escluso da un'attenta considerazione il metodo dell'immaginazione attiva, come se esso fosse un fenomeno raro, riservato a situazioni eccezionali, magari affascinante, ma tanto lontano dalla nostra realtà psichica attuale, quanto possono esserlo gli esperimenti degli alchimisti.

A questo proposito converrà riportare il pensiero di Barbara Hannah, un'allieva di Jung, che ha sperimentato a fondo su di sé e sui propri pazienti « l'influenza guaritrice dell'immaginazione attiva » (3) e ce ne ha fornito dettagliate esemplificazioni cliniche. Secondo la Hannah, all'origine di quella che oggi si chiama immaginazione attiva sta un'antica esigenza dell'umanità: ogni tentativo dell'uomo di venire a spiegazione con quella realtà invisibile, soprannaturale ed eterna che egli ha sempre sentita alla base e all'origine della propria breve esistenza, è stato compiuto attraverso una

(1) Come dice Jung l'immaginazione attiva non è un giocattolo per bambini, e la prevalente svalutazione dell'inconscio accresce considerevolmente la pericolosità del suo impiego (Nota introduttiva di Jung a "The transcendent Function". Coli. Works, Vili, pag. 68).

Non bisogna dimenticare che le resistenze, che la maggior parte della gente manifesta di fronte alla immaginazione attiva, possono essere fondate su dei buoni motivi: «Vi può essere un reale pericolo di essere sopraffatti dall'inconscio». (B. Hannah, «Some remarks on active imagination», Spring, New York 1953, pag. 44). « L'immaginazione attiva non è affatto una via per chiunque. Si dovrebbe esaminare molto accuratamente se le radici sono abbastanza forti per reggere l'urto con l'inconscio ». (B. Hannah, ibidem 1953, pag. 43). Essa andrebbe usata solo quando non se ne può fare a meno, cioè quando il processo individuativo passa necessariamente per questa via, o, per dirla ancora con la Hannah (ibidem, pag. 44), dovrebbero praticarla solo coloro per i quali « non c'è dubbio che una 'Ausein-andersetzung' con l'inconscio è un destino a cui essi possono sfuggire soltanto perdendo sé stessi ».

(2) Cfr. R. F. Hobson, Journal of anal. psych., X, 2, 1965, pag. 191.

(3) Anna Marjula, "The healing influence of active imagination in a specific case of neurosis ...

with an introduction by Barbara Hannah ", Schipper & Co., Zurich.

forma di contemplazione, meditazione o dialogo (nata spontaneamente oppure ottenuta attraverso particolari tecniche), che è più o meno paragonabile all'immaginazione attiva di Jung.

Perciò nelle religioni, nell'alchimia, nella magia e nella preghiera, come pure nelle pratiche primitive del « medecine man », si possono rintracciare i precedenti e la vitalità inesauribile di questo fenomeno psichico.

Jung è il primo ad accostarsi ad esso con spirito scientifico, nell'intento di osservare l'inconscio in qualsiasi forma esso si manifesti, accettandone ogni tipo di « realtà » col rispetto appunto dello scienziato, che non può ignorare né alterare l'oggetto della propria scienza.

Jung è sempre stato d'accordo con Freud che il sogno è la « via regia » per prendere contatto con l'inconscio, ma nel corso della sua esperienza si rese conto sempre più di quanto fosse difficile analizzare da sé i propri sogni, non solo per il paziente, ma anche per l'analista. Quindi questa non poteva essere la via attraverso la quale i pazienti, congedati dall'analista al termine dell'analisi, erano in grado di continuare a venire a spiegazione col loro inconscio, nel caso in cui ne sentissero la necessità: bisognava che essi disponessero di un'altra maniera di rapporto con l'inconscio, per mantenere il loro equilibrio nella vita.

(4) La Hannah (ibidem, 1953, pag. 38) parla dell'immaginazione attiva come di una « funzione creativa », che Jung scoprì quando « si trovò di fronte al colossale compito di trovare un territorio comune, una possibilità di venire a spiegazione, tra la sua coscienza, di formazione medica, e le cose straordinarie che egli aveva scoperte, come fatti empirici e innegabili, nell'inconscio suo e dei suoi pazienti ».

Da questa inesorabile realtà, e dalle esigenze individuali sue personali, Jung fu guidato lentamente verso l'elaborazione del metodo dell'immaginazione attiva (4).

Negli ultimi anni della sua vita anzi egli si convinse che il maggiore aiuto per mantenere un equilibrio tra coscienza e inconscio viene proprio dall'esercizio dell'immaginazione attiva. Spesso si rammaricava che essa era usata ormai soltanto raramente dai suoi allievi e una volta ebbe a dire alla Hannah:

« L'immaginazione attiva è la pietra di paragone per stabilire se uno vuole realmente diventare indipendente attraverso l'analisi o no ». Secondo la Hannah l'immaginazione attiva non è pericolosa se

è fatta nel modo corretto, cioè se l'Io vi partecipa attivamente; il pericolo esiste solo se si indulge alle fantasie come adempimento di desideri (5) o se si vivono le proprie emozioni abbandonandosi ad esse senza critica (6).

Ma la partecipazione attiva dell'Io non deve consistere in un intervento inteso a modificare o correggere, per ridurre l'irrazionale entro limiti razionalmente pensabili. « Attività » si riferisce piuttosto al duro lavoro sostenuto dall'Io per registrare e accettare, senza disturbare il flusso dei contenuti inconsci, e per capire quando e come entrare in dialogo, prendendo in non meno seria considerazione quello che gli è presentato dall'inconscio, di quanto farebbe se stesse vivendo una situazione reale.

La difficoltà maggiore sta dunque nel fatto che spesso i pazienti si rifiutano di fare l'immaginazione attiva: è di solito un'attività sgradevole e stancante (7), che richiede molta umiltà e molto coraggio. La Hannah, a proposito dei dialoghi della sua paziente con la Grande Madre, dice testualmente che « l'inconscio stesso possiede l'antidoto per il proprio veleno » (8).

Ma per guadagnarsi l'antidoto bisogna non aver paura di lasciarsi avvelenare fino in fondo.

A questo punto, vorrei tentare di sintetizzare il concetto junghiano di immaginazione attiva, come quella tecnica, frutto di lungo allenamento, che consiste nella capacità dell'Io di **stare** in un dialogo reale coi contenuti del proprio inconscio, accettando, registrando, interrogando e rispondendo, senza che l'apparente absurdità della cosa lo induca a prendere alla leggera l'esperimento; al contrario, l'impegno e il duro lavoro dell'Io nascono proprio dal fatto che, se l'immaginazione attiva è praticata correttamente, l'Io deve prendere qualsiasi cosa l'inconscio gli presenti con la massima serietà e considerazione (9), arrivando a poter vivere le proprie emozioni e reazioni al riguardo, come se avesse a che fare con cose e persone concrete.

Per capire i motivi che rendono tanto difficile

(5) La Hannah (ibidem, 1953, pag. 46) osserva che l'indulgere alle fantasie può condurre all'es-serne posseduti. « Questo è assolutamente chiaro nel caso del malato mentale. E' ben noto che gli ospedali psichiatrici hanno molti pazienti che sono caduti nell'indulgere all'idea di essere Gesù Cristo o Napoleone, per esempio. Ma non è altrettanto generalmente realizzato che lo stesso meccanismo è valido in una misura piccola e a volte quasi invisibile, quando qualcuno, anche se " normale », indulge alle fantasie, soprattutto a quelle che possiamo chiamare « fantasie di adempimento di desiderio ».

(6) Naturalmente è sottinteso che tale possibilità dell'Io di partecipare attivamente va accuratamente soppesata dall'analista. Nei casi di psicosi latente, in cui l'Io è solo apparentemente forte, perché la sua forza è basata sulla rigidità delle difese, sarà sconsigliabile l'uso dell'immaginazione attiva.

(7) La stessa Hannah riconosce che, per quanto l'immaginazione attiva rappresentasse per lei la via necessaria, quasi mai le è accaduto di applicarsi ad essa « senza dover superare le più violente resistenze », e le « scuse pidocchiose » che essa trovava per non praticarla erano altrettanto cattive di quelle dei suoi pazienti (ibid., 1953, pag. 44).

(8) A. Marjula, oo. cit., pag. VII.

(9) Secondo la Hannah la immaginazione attiva « richiede un'estrema con-centrazione, una grande apertura mentale, e una

costante disposizione a sacrificare il proprio punto di vista conscio ». (Ibidem, 1953, pag. 45).

(10) « Divino » sta qui ad indicare la naturale trascendenza - nei confronti dell'Io — di un dinamismo psichico, che proviene dal Selbst.

(11) Il giusto atteggiamento può essere descritto come « un'abdicazione dell'Io in favore del Selbst, o, in altre parole, uno stabilire un centro nella nostra personalità fra coscienza e inconscio, un rinunciare ad ogni pretesa di autocrazia da parte del limitato, unilaterale Io conscio ».

all'Io praticare questa tecnica, conviene considerare che, nell'interno dell'Io, all'aspetto istintivamente conservativo dell'Ipseità, si contrappone l'istinto di coscienza.

Si tratta di una coppia di opposti: l'Ipseità è la medesimezza con sé stessi, o, se vogliamo, la conservazione della propria identità come insieme di dati noti e stabili, dai quali si tende ad escludere il nuovo, per un istinto di difesa e di sopravvivenza; l'istinto di coscienza invece è un istinto « divino » (10), di motivazione inconscia, che tende all'accrescimento e vuoi modificare continuamente. Questa coppia di opposti esiste nell'uomo fin dall'infanzia: quando il bambino si trova di fronte a qualche esperienza nuova, che richiede da parte sua un adeguamento di tipo nuovo alla realtà, cioè un mutamento in senso evolutivo, può aver paura e allora si ritirerà verso la madre, che è sentita come riparo e protezione dell'Ipseità.

La difesa strutturale dell'Ipseità funziona contro l'angoscia prodotta dalla stimolazione dell'istinto di coscienza da parte di eventi esterni oppure inferiori.

D'altra parte l'Ipseità è « conditio sine qua non » all'esistere del soggetto cosciente. Se si produce una lesione durevole dell'Ipseità, si ha un episodio psicotico. In questo senso l'immaginazione attiva può essere considerata una schizofrenia artificiale, perché in essa l'Ipseità è conservata, ma è superata in quanto puro meccanismo difensivo.

Un atto di umiltà da parte dell'Io determina in esso la disposizione a mettersi in sintonia con l'inconscio, divenendo così uno dei due elementi del dialogo (11). Direi che se inizialmente è richiesto questo atto di umiltà da parte dell'Io, successivamente occorre un grande coraggio per affrontare i contenuti inconsci che, proprio a seguito dello stato di umiltà dell'Io, della sua volontaria rinuncia al primato incondizionato della coscienza, ora possono presentarsi in tutta la loro reale potenza, a volte terrificata.

Il difficile sta nel fare l'immaginazione attiva in modo corretto: se si tratta di autentica immaginazione attiva, l'esperienza riesce all'lo niente affatto agevole. « Se qualcuno può fare l'immaginazione attiva per delle ore, significa che essa non è autentica, perché, se la si fa nel modo giusto, si è esausti dopo pochi minuti, dato che essa è veramente uno sforzo e non un « lasciarsi andare », il che è immaginazione passiva» (12).

Altrimenti, cioè quando si tratta di pseudo-immaginazione attiva, esistono le seguenti possibilità (oltre a quella, ben più rischiosa, di far precipitare una situazione di psicosi latente, di cui ho già parlato e che vale come controindicazione all'impiego di questo metodo):

1. Si tratta di immaginazione passiva: il soggetto passa da una fantasia all'altra restando nel cerchio sterile dei propri complessi (e allora si dovrebbe piuttosto parlare di libera associazione di tipo freudiano), oppure egli si gode lo spettacolo offertogli dalle sue fantasie da un punto di vista esclusivamente estetico, senza intervenire (13).

(12) M. L. Von Franz, " The shadow in fairy tales ", C. G. Jung Institut, 1957, Lect. V, pag. 13.

(13) Cfr. Jung, Coli. Works, Vili, pag. 68.

2. Si tratta di immaginazione attiva con attività egoica di tipo inadeguato: l'lo ha tendenza a non rispettare i contenuti inconsci per quello che sono, ma a correggerli o per motivi morali o per motivi estetici. Qui si tratta di un modo subdolo di agire della difesa dell'Ipseità. L'lo tende a fare il regista invece di vivere la propria parte come l'attore di una commedia dell'arte. Invece di interrogare quando non capisce o quando ha paura, modifica istintivamente e automaticamente quello che non gli va da un punto di vista etico o quello che non gli piace da un punto di vista estetico (14).

(14) La scelta del tipo di difesa sembra dipendere dalla tipologia del soggetto.

Oppure può accadere anche che, senza che il soggetto se ne renda conto, l'ambizione scivoli dentro l'immaginazione attiva tentando di precedere lo sviluppo naturale (15).

(15) A. Marjula, op. cit., pag. VI.

Esistono vari tipi di immaginazione attiva, secondo la forma che prendono i contenuti inconsci per

(16) Cfr. Jung, "The transcenderli Function " ibidem, pagg. 83-84.

(17) Eccezionalmente l'inconscio può manifestarsi anche attraverso i movimenti del corpo, come una specie di danza, oppure attraverso la scrittura automatica. Un esempio di scrittura automatica mi pare che si possa ravvisare nell'esperienza di una paziente di G. Adler, la quale sviluppò una sua tecnica di immaginazione attiva consistente nel sedere alla macchina da scrivere e cominciare a improvvisare lasciando che le sue dita superassero in volo:

cita la sua funzione critica ». (G. Adler, " The living symbol ". Routledge and Kegan Paul, 1961, pag. 238).

(18) A Marjula, op. cit., pag. VII.

(19) « E' chiaro che la via più diretta di venire a spiegazione con l'inconscio è il cosiddetto metodo uditivo, cioè le conversazioni con le figure dell'inconscio, come dialoghi tra esseri umani ». (B. Hannah, ibidem, pag. 55).

Per questo Jung, il quale sperimentò a lungo su sé stesso il metodo dell'immaginazione attiva, arrivò prima a una formulazione chiara della partecipazione attiva dell'Io nel metodo uditivo, e solo col tempo pervenne ad attribuire un'importanza crescente alla possibilità dell'Io di

manifestarsi, forma che dipende dalla tipologia del soggetto (16).

I tipi visivi devono concentrarsi in attesa che si producano delle immagini interiori. I tipi audio-verbali prestano orecchio alla voce che parla dentro di loro.

Alcuni invece non sono portati a vedere o udire « l'altro » dentro di sé, ma l'abilità espressiva delle loro mani offre la chance di manifestarsi ai contenuti inconsci nella forma di un disegno, di una pittura o di una scultura (17). In quest'ultimo caso il compito dell'Io è meno gravoso perché qui si tratta, mi pare, di un'immaginazione attiva indiretta: l'Io infatti non è messo a confronto direttamente con l'inconscio, ma solo indirettamente con l'espressione figurativa o plastica di esso.

Quindi questo tipo di immaginazione attiva può essere prolungato anche per diverse ore, appunto per il carattere più filtrato, più mediato, cioè meno diretto dell'esperienza. Senza contare che a volte il disegno può essere un modo di fissare le immagini che sono state afferrate col metodo visivo (18).

Invece l'immaginazione attiva che io preferirei chiamare diretta (19) (uditiva o visiva) — come è stato già detto — non può essere protratta oltre un tempo assai breve.

La Hannah (20) riferisce l'opinione di Jung, da lui espressa una volta, in una discussione ad un congresso a Zurigo, riguardo all'importante problema di saper riconoscere quando l'immaginazione attiva è indicata (dato che essa può anche essere pericolosa « se è usata con la persona sbagliata, al momento sbagliato, o soprattutto nel modo sbagliato »). In quell'occasione furono ricordate le sei situazioni seguenti (21).

« L'immaginazione attiva è consigliabile:

1. Quando l'inconscio sta evidentemente straripando con fantasie, il che capita particolarmente spesso con le persone che hanno un punto di vista molto intellettuale o razionale.

2. Quando vi è un'attività onirica eccedente, allo scopo di contenerla.
3. Quando i sogni sono troppo pochi, o i loro contenuti sono inaccessibili.
4. Quando uno sente, o crede di essere sotto influenze indefinibili, sotto una specie di incantesimo; oppure sente, o crede di essere dietro una specie di schermo di vetro.
5. Quando è stato dannosamente alterato l'adattamento alla vita.
6. Quando si incappa ripetutamente nella stessa situazione bloccata. »

Diversi anni dopo la Hannah fornì un commento prezioso a queste sei situazioni, corredandolo di esemplificazioni casistiche (22).

Converrà citarne qui i punti essenziali.

1. In questo caso spesso l'immaginazione attiva è di grande aiuto per stabilire un contatto con l'inconscio. D'altra parte è assai difficile indurre questi soggetti ad accettare le loro fantasie perché, quanto più essi sono razionali e intellettuali, tanto più saranno irrazionali e sorprendenti le immagini prodotte dall'inconscio. Il pericolo, in certi casi, una volta superata la difficoltà iniziale, è rappresentato dall'indulgere alle fantasie, particolarmente se si tratta di fantasie di adempimento di desideri: può accadere che il soggetto, quando ha imparato a lasciar libero corso alle immagini prodotte dall'inconscio, creda di aver già imparato a fare l'immaginazione attiva, senza realizzare il pericolo di un atteggiamento passivo dell'Io di fronte all'inconscio. In realtà egli ama abbandonarsi alle sue fantasie col segreto scopo di sottrarsi alle difficoltà della vita; in tal caso finirà per essere posseduto dall'inconscio, perché non l'ha preso in seria considerazione come una **realtà**, con la quale è necessario confrontarsi e ve-

prendere una parte attiva anche nelle fantasie visive, dove la difficoltà di venire a spiegazione con l'inconscio è maggiore per il fatto che i contenuti inconsci non mostrano una disposizione a rispondere verbalmente quando sono interrogati. Questa precisazione della Hannah (ibid., pag. 55) mi sembra confermata dal fatto che in « L'Io e l'inconscio », posteriore di più di dieci anni al saggio sulla Funzione Trascendente, Jung chiarì la differenza tra immaginazione attiva e passiva proprio sulla base di e-sempi di fantasie visive, (Cfr. Jung, « L'Io e l'inconscio », Einaudi, 1959, pag. 124 sgg, e pag. 134 sgg.).

(20) B. Hannah, ibidem, 1953, pag. 43-44.

(21) La Hannah precisa che l'elenco è probabilmente incompleto.

(22) B. Hannah, " Active imagination ". (A Record of a Talk given in Zurich on September 1967).

nire a spiegazione. Questo porta conseguenze molto dannose nella vita.

L'immaginazione attiva non deve mai rappresentare un modo di evadere dalla realtà esterna, ma al contrario deve aiutarci ad accettarla in uno stato di consapevolezza maggiore e di maggiore armonia col nostro inconscio, fornendoci la chiave per trovare un nuovo orientamento e un nuovo senso nella vita. Come dice Jung, il più importante obiettivo dell'immaginazione attiva consiste nel renderci disponibili e attenti verso ciò che di solito trascuriamo di fare.

« E' un grande errore anche ritenere che sia sufficiente raggiungere una certa comprensione delle immagini e credere così di aver messo tutto a posto. Chi non ritiene che la conoscenza debba con-vertirsi in un obbligo morale diviene preda del principio di potenza, e ciò produce effetti dannosi, rovinosi non solo per gli altri, ma anche per lui stesso. Grande è la responsabilità umana verso le immagini dell'inconscio. Sbagliare a capirle, o eludere la responsabilità morale significa privare l'esistenza della sua interezza, essere condannati a una vita penosamente frammentaria » (23).

(23) C. G. Jung, " Ricordi, sogni, riflessioni ", Il Saggiatore, 1965, pag. 221.

2. Quando l'attività onirica è eccessiva, la Hannah dice di aver sperimentato che può essere utile prendere come punto di partenza un sogno, verso il quale il paziente prova un interesse vitale, e cominciare a porre domande su di esso. Un sogno che termina con un quesito è particolarmente indicato allo scopo.

Il soggetto dovrebbe realizzare che la situazione del sogno è ancora presente da qualche parte dentro di lui, come un problema non risolto, che richiede di essere preso in seria considerazione da parte sua.

3. Se mancano i sogni, la situazione è più difficile, perché bisogna creare un punto di partenza per l'immaginazione attiva.

Si può allora partire da uno stato di disturbo emotivo, come uno stato di collera, di depressione, o anche di disperazione, per concentrarsi su di esso, invece di combatterlo, sospendendo qualsiasi critica, e lasciando che esso si esprima nel modo più completo possibile.

La Hannah confessa che questo tipo di esperienza è stato di grande valore per lei personalmente, nel senso di renderle possibile il convertire uno stato d'animo apparentemente inutile o perfino distruttivo in un'occasione feconda di prendere contatto con la propria interiorità.

4. Questa mancanza di contatto con la realtà è un fenomeno molto sgradevole, che disorienta nella sua intangibilità. In tal caso si è sempre tentati di liquidare il problema con dei luoghi comuni, come: « Sono posseduto dall'« anima » (o posseduta dall'« animus ») », « Si tratta di un complesso di inferiorità », o simili.

La Hannah cita a questo proposito la propria esperienza personale, per sottolineare come una donna possa perdere molto tempo a biasimare l'« animus » per qualsiasi cosa, nella certezza che esso sia sempre all'opera quando le capita di sentirsi tagliata fuori dalla realtà, o separata da essa mediante una specie di schermo di vetro.

Nel caso che l'« animus » non sia responsabile della situazione, esso reagisce come farebbe qualsiasi persona reale di fronte a chi concepisce dei pregiudizi negativi nei suoi riguardi, cioè si offende e può porsi in una posizione di antagonismo. La Hannah sostiene che non vi è niente di più distruttivo che il concepire pregiudizi negativi. Al contrario, come le disse una volta Jung, l'essenza dell'amore consiste nel dare fiducia: se siamo tanto ingenui da riporre la nostra fiducia in persone che non la meritano, questa si trasformerà nella corda con cui esse si impiccheranno da sole; ma di solito la fiducia aiuta più di qualsiasi altra cosa. Questo « indefinibile schermo di vetro » è uno stato in cui l'immaginazione attiva può essere preziosa.

Dato che è impossibile conoscere l'origine (sia interna che esterna) di tale stato, bisogna concentrarsi su di esso per consentirgli di esprimere i suoi contenuti.

L'immaginazione attiva è la « via regia » per trattare con queste influenze vaghe e indefinibili, poiché è l'unica via — quando è usata bene — che conduce inevitabilmente alla verità.

5. Lo stato di alterazione dell'adattamento alla vita è notoriamente una motivazione frequente per l'inizio dell'analisi e — nei casi meno gravi — l'interpretazione dei sogni è sufficiente a risolverlo.

Ma se esso resiste al trattamento analitico, l'immaginazione attiva può essere di grande aiuto.

Prendiamo, ad esempio, il caso di un introverso, che non riesce ad adattarsi alla vita, perché le richieste di una realtà estroversa, che egli è incapace di affrontare, lo confinano ogni volta di nuovo nella sua condizione dolorosa di scoraggiamento e di fallimento.

Ma questo accade soltanto finché egli tenta di superare le difficoltà direttamente nel mondo esterno. Se invece è in grado di trasporre il suo problema nel mondo inferiore — attraverso l'immaginazione attiva — egli potrà lentamente riacquistare la fiducia in sé stesso: l'immaginazione attiva infatti gli consente di mettere — per così dire — alla prova la sua difficoltà, senza avvertire il sentimento di panico che gli suscita il mondo esterno, ma senza d'altra parte perder di vista i limiti della sua dimensione umana. A differenza del sogno, in cui spesso noi riusciamo a fare cose delle quali siamo assolutamente incapaci nello stato di veglia, nella immaginazione attiva autentica di solito conserviamo le nostre incapacità reali.

L'immaginazione attiva autentica mira a una completa accettazione di ciò che noi siamo — con tutte le nostre incapacità e i nostri difetti — ma anche ad un ampliamento della personalità, attraverso la scoperta dell'« altra parte », che noi siamo senza saperlo.

La Hannah cita il caso clinico di un giovane introvertito e quello di una donna estrovertita, per esemplificare la possibilità che una situazione esterna di vita si risolva attraverso un procedimento interiore come l'immaginazione attiva.

L'introverso soffriva di una fobia riguardo alla polizia, che nel suo caso era un simbolo di adattamento sociale. Lo stato di panico in cui egli viveva continuamente (sia di giorno che di notte) gli aveva rovinato l'esistenza. Egli tentava di superare questa fobia obbligandosi a non cedere ad essa, e una notte, durante un viaggio, volle addirittura affrontare la prova di dormire in un campo, sotto una tenda. Tuttavia, sopraffatto dal panico nel cuore della notte, dovette andare in albergo.

Successivamente sognò che un pugile (il tipico uomo forte che si espone in pubblico) si allontanava da quel campo in uno stato di profondo abbattimento.

Il pugile era la sua Ombra, che non aveva alcuna paura del buio e che certamente sarebbe stato all'altezza di trattare con la polizia.

Ma il giovane, che era un artista sensibile e un po' effeminato, cercando di ignorare la sua paura, chiaramente tentava di identificarsi con la sua Ombra; naturalmente la cosa non funzionava, perché egli non poteva trasformarsi nel suo opposto.

Se invece egli fosse riuscito a continuare il sogno con l'immaginazione attiva, avrebbe potuto tentare di far amicizia col pugile, che era un uomo rude, ma non cattivo, per ottenere — col tempo — la sua protezione, che lo avrebbe aiutato a far fronte alle esigenze del mondo esterno. Tale superamento della fobia attraverso un procedimento inferiore lo avrebbe poco a poco liberato dal suo paralizzante sentimento di inferiorità e aiutato nel suo disturbo di adattamento al mondo esterno.

La donna estrovertita — il cui caso è menzionato dalla Hannah — si era sempre adattata alla vita con facilità e in modo troppo superficiale; alla fine tutte le sue energie confluirono segretamente nell'inconscio, finché la sua vita esterna divenne così

sterile, che essa cadde in uno stato nevrotico molto grave. L'immaginazione attiva — nella forma di una serie di disegni a carattere archetipico — le consentì di scoprire un nuovo significato per la sua esistenza, che le restituì la sua naturale capacità di affrontare le situazioni esterne, ma ad un livello meno superficiale.

6. Nel caso di una situazione di blocco sempre ripetuto, spesso risulta assai difficile indurre i pazienti a tentare la via dell'immaginazione attiva, a causa della responsabilità e dell'impegno che essa richiede.

Inoltre spesso occorrono pazienza e tenacia infinite. A questo proposito la Hannah riporta il caso di una paziente di Jung, alla quale egli consigliò di interrogare l'inconscio riguardo alla sua situazione di blocco, che si era rinnovata per l'ennesima volta. Essa impiegò tre settimane per arrivare a visualizzare, con l'immaginazione attiva, una parete; ma davanti a questa parete la paziente non sapeva che fare, né che pensare. Alla fine le venne in mente che forse sulla parete vi era una porta, ma non riuscì a vederla. Poi sperò che vi fosse una finestra, ma per quanto guardasse non trovò neanche quella.

Dopo altre tre settimane la donna scoprì che poteva perforare la parete con un martello e uno scalpello: così riuscì alla fine a fare una breccia nella sua parete per arrivare a vedere che cosa c'era dall'altra parte e poté spezzare quella specie di incantesimo che la attraeva sempre di nuovo in una situazione di blocco riguardo alla vita.

* * *

Quanto alle scuse, che quasi tutti trovano per esimersi dal fare l'immaginazione attiva, bisogna tener presente che l'« animus » o l'« anima » fanno di tutto per ostacolare il processo, « perché niente

minaccia la loro supremazia, in quanto demoni possessivi, più dell'immaginazione attiva » (24).

Per concludere, vorrei ancora una volta ricordare che « i paralleli all'immaginazione attiva nella storia dell'umanità possono essere moltiplicati indefinitamente » (25). La Hannah fa notare (26) che la Bibbia è piena di esempi di « Auseinandersetzung » tra l'Io e le forze invisibili che lo trascendono: per gli antichi Ebrei il Signore era la fonte di una conoscenza superiore e, se interrogato, poteva risolvere la situazione critica, alla quale l'Io sentiva di non poter far fronte da solo, perché soffriva senza capire. Come dice Jung, la sola sofferenza intollerabile è quella che noi non arriviamo a comprendere.

Rebecca andò a interrogare il Signore quando sentì che i gemelli si urtavano nel suo grembo, perché non comprendeva che cosa le stesse accadendo (27), e ascoltò la Sua voce, che svelava il senso della vita di lei e di quella dei figli che stavano per nascere.

Ma come precedenti storici dell'immaginazione attiva si possono citare anche esempi di « Auseinandersetzung » molto più drammatici: vorrei ricordare qui due momenti della vita di Cristo, dai quali appare evidente la connessione tra sacrificio della volontà e dei desideri egoici in favore del Selbst, e « Auseinandersetzung » con l'inconscio vissuta come destino individuale, al quale è impossibile sottrarsi (28).

Gesù tentato da Satana nel deserto (29) crede nella sua reale esistenza e parla a lui come a una persona reale: qui il confronto con l'Ombra assume proprio le caratteristiche del dialogo tra due esseri umani (30). Gesù nell'orto di Getsemani, con l'anima triste fino alla morte, per tre volte supplica il padre di sottrarlo al martirio.

Dal Vangelo di Marco (31) appare chiaramente il punto in cui il monologo del Cristo sottende un dialogo. Dice Gesù: « Abba, o Padre, tutto è possibile per te! Allontana da me questo calice; però, non ciò che io voglio, ma ciò che vuoi tu! »

(24) B. Hannah, ibidem, 1953, pag. 46.

(25) B. Hannah, ibidem, 1953, pag. 42.

(26) B. Hannah, ibidem, 1967.

(27) « Ed ella disse: « Se è così, che sarà di me? ». E andò a consultare il Signore ». (Genesi, 25, 22).

(28) Cfr. nota 1.

(29) Satana appare a Gesù dopo 40 giorni e 40 notti di digiuno. Il digiuno favorisce appunto quello stato di depressione, di abbassamento di livello mentale, che costituisce il prerequisito per il prodursi di un'esperienza di immaginazione attiva.

(30) Cfr. n. 19.

(31) Marco, XIV 36.

E' evidente che c'è uno iato tra le prime parole:

« Padre, tutto è possibile per tè! Allontana da me questo calice », dove l'Io anela ancora a sottrarsi alla prova tremenda, e le ultime parole: « però, non ciò che io voglio, ma ciò che vuoi tu! », nelle quali si avverte il sacrificio della volontà egoica e la piena accettazione della volontà divina, come se il Cristo avesse ricevuto una risposta dal Padre attraverso la quale l'Io ha trovato la forza di andare oltre il proprio naturale istinto di conservazione per affrontare la morte, che, nel suo destino individuale, è la legge del Selbst.

L'agonia, nella quale Gesù suda sangue (32), esprime la terribile e angosciosa lotta interiore tra l'Io e il Selbst, in cui il peso che l'Io deve sostenere è talmente grande, che si traduce in una perdita di vitalità fisica, in un parziale dissanguamento, come se l'accettazione della morte voluta dal Padre acquistasse l'evidenza fisica della morte reale.

(32) Luca, XXII 44.

CAPITOLO II

SVILUPPO ED ELABORAZIONE DEL METODO NEL PENSIERO DI C. G. JUNG

Per seguire il lento processo attraverso il quale Jung è giunto alla formulazione della tecnica dell'immaginazione attiva, guidato sia dalle proprie esigenze di sviluppo individuale, che dalla necessità dei suoi pazienti di acquistare, al termine dell'analisi, una reale indipendenza dall'analista, conviene esaminare, in ordine cronologico, i suoi scritti che trattano questo argomento.

(33) Il Fordham osserva che questo saggio costituisce un'utile introduzione allo studio dell'immaginazione attiva ed ha il pregio di un'esposizione chiara e immediata, che a volte va perduta nelle formulazioni più complesse.

Il primo di essi, «La funzione trascendente», del 1916, fu pubblicato molto rimaneggiato nel 1958(33). Nella nota introduttiva Jung definisce questo saggio un documento storico, il cui problema centrale non ha perso tuttavia di attualità. « Si tratta di un problema che è identico all'interrogativo universale: come si fa in pratica a venire a spiegazione con l'inconscio? Questo è il problema posto dalla

filosofia indiana, in particolare dal Buddismo e dallo Zen. Indirettamente è il problema fondamentale di tutte le religioni e di tutte le filosofie. Poiché l'inconscio non è questa cosa o quella; è l'ignoto, che ci tocca immediatamente » (34).

Con queste parole Jung indica in modo preciso come il metodo dell'immaginazione attiva sia il frutto delle sue lunghe ricerche volte a scoprire, nell'ambito delle possibilità naturali della psiche umana, un'esperienza che costituisca la risposta soddisfacente al problema universale della « Auseinandersetzung » tra l'Io e l'inconscio.

Perciò l'immaginazione attiva, prima di chiamarsi con questo nome e di essere elaborata e sistematizzata in una tecnica precisa, è esistita come l'insieme di particolari esperienze interiori, sulle quali si direbbe l'indagine e si applicò la ricerca fenomenologica di Jung. Il termine « immaginazione attiva », usato da Jung nella nota introduttiva a questo saggio, non compare invece mai nel saggio stesso (35), anteriore di oltre quarant'anni, che pure contiene già **in nuce** gli elementi essenziali all'elaborazione del metodo.

La funzione trascendente (36), cioè il meccanismo psichico che trascende la coppia di opposti costituita da tendenze cosce e inconscie incompatibili, opera il passaggio da un atteggiamento a un altro e supera così l'opposizione senza negarla, ma componendola in una sintesi originale.

L'analista deve mediare la funzione trascendente per il paziente, cioè aiutarlo ad arrivare a un nuovo atteggiamento attraverso il contatto della coscienza con l'inconscio. Quindi durante l'analisi la funzione trascendente è in certo senso un prodotto « artificiale », perché necessita dell'appoggio dell'analista. Ma se il paziente non vuoi dipendere in permanenza da un aiuto esterno, deve potersi rendere autonomo nell'attivare la funzione trascendente.

Inizialmente il sogno sembrava il metodo ideale per raggiungere una comprensione dell'inconscio. Ma quando divenne evidente che anche l'analista più esperto poteva trovarsi in difficoltà nell'ana-

se contenute negli scritti successivi di Jung. (M. Fordham, *Journal of anal. psych.*, lli, 1, 1958, pag. 81).

(34) Jung, "The transcendent function", *Coli. Works*, Vili, pag. 67 sgg.

(35) Il termine « immaginazione attiva » non è ancora usato da Jung neppure in "L'Io e l'inconscio" (1928), per quanto quest'opera sia citata più tardi dallo stesso Jung per l'esposizione del metodo dell'immaginazione attiva in essa contenuta. (« *Psicologia e alchimia* », Astrolabio, Roma 1950, pag. 380).

(36) La Hannah (Ibidem 1953, pag. 49-50) spiega che quando Jung scrisse questo saggio sulla funzione trascendente, « il termine 'Selbst' non era ancora entrato in uso o, in ogni caso, non aveva ancora un posto centrale nella definizione della psiche ». A quel tempo Jung sapeva soltanto che vi era una funzione dinamica - la funzione trascendente - che guidava verso una meta ignota.

«Il termine 'funzione trascendente' non è usato molto spesso nelle o-

pere posteriori di Jung, perché esso è incluso nel termine 'Selbst'. Non che esso sia mai diventato un concetto superato, per così dire. È altrettanto significativo oggi che in passato, e mentre io leggevo e prendevo note su questo saggio iniziale (di Jung), realizzai che esso era del più grande valore per comprendere l'utilità pratica dell'immaginazione attiva".

(37) Questo tema sarà sviluppato in « L'Io e l'inconscio » (pag. 126 sgg.).

(38) Jung, " The transcendent function ", ibidem, pag. 82.

(39) Jung, " The transcendent function ", ibid., pag. 85. Cfr. l'esperienza personale di dialogo con la « anima », vissuta da Jung negli anni immediatamente

lizzare da sé i propri sogni, non fu più pensabile che il paziente, al termine dell'analisi, fosse in grado di venire a spiegazione col suo inconscio, lavorando da solo sul proprio materiale onirico.

È noto che, secondo Jung, la psiche è un sistema autoregolatore: ma quando all'inconscio non è concesso di agire come influenza regolatrice a causa dell'atteggiamento unilaterale e rimovente della coscienza, il carattere originariamente favorevole dell'inconscio diventa sempre più negativo.

Jung si convinse che ne lui ne i suoi pazienti potevano permettersi di ignorare l'opposizione nel loro inconscio e di trascurare l'influenza regolatrice, essenziale alla salute psichica.

In pratica, risulta che se il soggetto prende come punto di partenza uno stato di depressione o di disturbo emotivo (37), per il quale non gli è possibile trovare alcuna causa adeguata, e si immerge completamente in esso, lasciando libero campo alla fantasia, ma badando che essa non esca dall'orbita del suo oggetto (cioè l'affetto disturbante), egli può far affiorare il contenuto della depressione e prender così possesso dell'energia psichica in esso incapsulata.

Si ottiene in tal modo una specie di « pittura dei contenuti e delle tendenze dell'inconscio che erano ammassati insieme nella depressione » (38).

Questo processo di chiarificazione dell'affetto — per quanto non sia ancora immaginazione attiva — può avere un'influenza favorevole e comunque produce un materiale che è il risultato di contenuti inconsci, elaborati e chiarificati dalla coscienza:

così viene posta la prima base per la funzione trascendente, cioè per la collaborazione tra coscienza e inconscio.

Il punto di partenza è sempre un atto volontario, col quale « la coscienza pone i suoi mezzi di espressione a disposizione del contenuto inconscio » (39), ma la direzione va lasciata all'inconscio, il che per l'Io ha il sapore di un tornare indietro penoso e sgradevole (40). Ciò l'inconscio deve essere lasciato libero di

esprimersi come può e come vuole, e la coscienza deve essere in grado di sospendere il proprio giudizio finché tutto quello che esso ha da dire non è «tangibilmente presente» (41). A questo punto però è di nuovo l'Io che deve prendere la guida, entrando in dialogo e in discussione, altrimenti vi sono due rischi:

1. Nel migliore dei casi, l'Io resta spettatore passivo e impartecipe di fronte a quella che per lui è una pura immagine, oniricamente irreali, cioè non prende sul serio la sua fantasia e non attribuisce valore reale all'inconscio (42).

2. Se i contenuti affettivi prodotti dall'inconscio sono troppo carichi di energia, l'Io può essere travolto dalla loro irruzione nella coscienza, nel qual caso la personalità del soggetto è come posseduta dall'inconscio e può attraversare un episodio psicotico (43).

Invece il confronto, la spiegazione con l'inconscio implicano che l'Io e l'inconscio stiano alla pari e che i contenuti inconsci siano presi in altrettanta seria considerazione di quelli consci, poiché soltanto così l'influenza regolatrice dell'inconscio potrà essere realmente operante sui vissuti e sulle azioni coscienti. In caso contrario, cioè ^ il punto di vista dell'inconscio non possiede la stessa autorità di quello cosciente, esso continuerà a disturbare l'Io in modo automatico, invece di collabore con esso.

Verso la fine del saggio, Jung osserva che non è affatto necessario che il processo di confronto divenga conscio in ogni dettaglio. « Molto spesso una reazione totale non ha a sua disposizione quegli assunti teorici, quelle visioni e quei concetti che renderebbero possibile un chiaro apprendimento. In tali casi bisogna accontentarsi degli stati di sentimento senza parole, ma ispiratori, che appaiono in loro vece e hanno più valore di un discorso intelligente » (44).

Così Jung suggella sia la validità dell'irrazionale,

te precedenti (1913-14) in « Ricordi, sogni.... », 1965, pag. 213: « Riflette! che " la donna in me " non possedeva un centro della parola, e così le proposi di servirsi della mia lingua. Accettò la mia proposta e subito espose il suo punto di vista con un lungo discorso ». (40) La primitività dell'inconscio non è mai gradevole per l'Io, non solo quanto al contenuto, ma neppure quanto alla forma. Riguardo a quest'ultima, cfr. quello che Jung dice sullo stile espressivo dell'inconscio (ibid., 1965, pag. 205: «Gli archetipi parlano un linguaggio patetico e persino ampolloso. E' uno stile che mi riesce fastidioso e mi dà ai nervi, come quando qualcuno sfrega le unghie su un intonaco o il coltello su un piatto ».

(41) Jung, "The transcendent function ", ibid., pag. 86.

(42) In questo caso si tratta di immaginazione passiva. (Cfr. « L'Io e l'inconscio », Einaudi, Torino 1959, pag. 127).

(43) Cfr. Jung, "The transcendent function ", ibid., pagg. 87-88: « Proprio come la coscienza dell'uomo civilizzato ha un effetto restrittivo sull'inconscio, così l'inconscio nuovamente scoperto spesso ha un effetto veramente pericoloso sull'Io. Nello stesso modo in cui l'Io ha represso l'inconscio, un inconscio liberato può esercitare la sua pressione sull'Io e sopraffarlo. C'è pericolo che l'Io perda la testa, per così dire, cioè che non sia capace di difendersi contro la pressione dei fattori affettivi, situazione che si incontra spesso all'inizio di una schizofrenia ».

(44) Jung, " The transcen-

dent function ", ibidem, pagg. 89-90.

(45) Vedi pag. 306 sg.

(46) Jung descrive la funzione trascendente come un andare avanti e indietro di argomenti e affetti opposti, il cui confronto genera una tensione energetica e crea una terza cosa viva. (" The transcendent function ", ibid., pag. 90).

(47) La funzione trascendente « sta tra coscienza e inconscio ed è una specie di corrente vitale o di evento (Geschehen) che è espressione tanto della coscienza che dell'inconscio. Un primitivo spesso appare come simbolo molto significativo della funzione trascendente. L'andare indietro verso la natura nel senso primitivo sarebbe una pura regressione. Ma il tendere avanti e il raggiungere la natura di nuovo attraverso uno sviluppo psicologico è qualcosa di completamente diverso, perché, anche se noi viviamo di nuovo in modo altrettanto istintivo del primitivo, questa volta lo facciamo consciamente, mentre prima lo facevamo inconsciamente ».

anche quando esso non è traducibile in una forma pienamente alla portata della coscienza, sia il porsi dell'immaginazione attiva ai limiti della coscienza e dell'accettabile per l'Io: egli ci offre una descrizione dell'esperienza dell'immaginazione attiva che ce la fa sentire più affine a quei prodotti spontanei della solitudine con sé stessi, che si verificano quando l'Io va alla ricerca del contatto con le radici del proprio essere, sia dal punto di vista religioso o magico di cui è stato già detto (45), che da quello, di esperienza più attuale, del vivere insieme col proprio contraddittore inferiore (46).

A questo proposito si dovrebbe convenire che, se è vero, come è stato già detto, che l'immaginazione attiva di tipo visivo e uditivo è difficile da apprendere e costituisce il destino di pochi, quello che si potrebbe invece definire come un balenare momentaneo, improvviso e fuggevole, alla coscienza, della spiegazione tra lo e inconscio, sul tipo di una specie di « botta e risposta » verbale, non è affatto esperienza incomune, anche fuori di analisi, soprattutto nelle persone più primitive, più a contatto con le proprie origini naturali e — paradossalmente — meno cosce (47). Saremmo dunque nel caso di cui ci parla Jung subito dopo: « Poiché il processo di venire a spiegazione con l'atteggiamento opposto ha un carattere di totalità, niente ne è escluso. Tutto prende parte alla discussione, anche se solo dei frammenti diventano consci » (48).

Jung stesso ci narra che in lui all'inizio l'immaginazione attiva si produsse spontaneamente, senza che egli sapesse di che si trattava; cioè gli accadde di udire una voce femminile dentro di sé mentre stava annotando le sue fantasie (49).

Qualcosa di simile sembra accadere talvolta in India, quando l'archetipo dello Spirito, il vecchio saggio, assume il ruolo di un « guru » interiore. Jung racconta: « Un indiano colto, col quale mi intrattenevo sulla natura del « guru », quando gli domandai chi fosse stato il suo « guru », mi rispose « Sankaracharya » (Vili - IX secolo). Stupefatto, os-

servai: «Ma è il celebre commentatore». Replicò, per nulla sconcertato dal mio turbamento occidentale: « Sì, lui; ma naturalmente il suo spirito » (50). Quindi sembrerebbe che, quando l'inconscio è abbastanza vicino alla coscienza — o per motivi di grado di coscienza superiore (cioè se l'Io è disposto a prestare diligente attenzione e seria considerazione all'inconscio), oppure per circostanze apparentemente opposte (cioè nel caso in cui l'individuo è meno « civilizzato », e perciò ha sofferto meno del distacco dall'inconscio e della svalutazione di esso ad opera dell'atteggiamento rimovente di una coscienza razionalizzante, che si tiene al passo con lo « spirito del tempo ») — sia possibile, o forse anche probabile una spontanea spiegazione tra l'Io e l'inconscio, che è dovuta al meccanismo autoregolatore della psiche, e che solo a sprazzi affiora alla coscienza e funziona nel senso di conservare l'equilibrio della personalità.

« L'Io e l'inconscio », o meglio « Le relazioni tra l'Io e l'inconscio » (51), pubblicato per la prima volta nel 1928, è citato da Jung per l'esposizione del metodo dell'immaginazione attiva in esso contenuta (52).

L'immaginazione attiva non è ancora chiamata con questo nome, ma è già descritta come un metodo di utilità terapeutica, sia nel capitolo che tratta del colloquio con « anima » e « animus », che in quello sulla « Tecnica della distinzione tra l'Io e le figure dell'inconscio ».

Jung parte dal presupposto che non ci si può distinguere da qualcosa che è inconscio. Per esempio, quando l'uomo è inconscio della propria « anima », cadrà nell'errore di considerare come debolezze sue personali quelle che sono invece le tendenze dell'« anima », cioè di un complesso autonomo.

Infatti siamo talmente abituati a identificarci col pensiero e con le immagini che sono dentro di noi, che crediamo di aver « fatto » noi anche i pensieri più impossibili e le fantasie più bizzarre. Obiettivare l'« anima » equivale per l'Io a disiden-

(B. Hannah, *ibid.*, 1953, pag. 55).

(48) Jung, "The transcendent function", *ibid.*, pag. 91.

(49) « Ricordi, sogni, ... », pag. 213.

(50) Jung, "La simbolica dello spirito", Einaudi, Torino 1959, pag. 25, n. 9.

(51) Il titolo originale dell'opera è appunto "Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten".

(52) Jung, "Psicologia e alchimia", Astrolabio, Roma 1950, pag. 380.

(53) Jung ci descrive la sua esperienza personale di questo dialogo dall'apparenza tanto assurda in « Ricordi, sogni ... », pag. 213-14. Egli usava annotare diligentemente le sue fantasie, finché una volta gli accadde di udire una voce femminile dentro di sé, che interferiva nei suoi pensieri con un punto di vista contrastante con quello dell'Io. Così Jung fece la scoperta di quella figura femminile interiore, presente nell'inconscio dell'uomo, alla quale più tardi dette il nome di « anima ». E' di grande interesse tutto il capitolo del confronto con l'inconscio per la verità drammatica di questa esperienza, che sconvolge l'io e fa vacillare tutta la sua visione razionale del mondo.

(54) C. G. Jung, " L'io e l'inconscio ", Einaudi, Torino 1959, pag. 110.

(55) In un saggio della Von Franz (" Die aktive Imagination in der Psychologie C. G. Jungs ", in " Meditation in Religion und Psychotherapie ", E. Klett, Stuttgart, pag. 137) è riportato il caso di una paziente di Jung, che gli raccontò una sua immaginazione: « Mi trovavo sulla spiaggia del mare, quando venne verso di me un leone, che successivamente si trasformò in una nave... ». Ma Jung la interruppe bruscamente:

« Sciocchezze, se un leone viene verso di lei, lei

tificarsi da essa e a riconoscerne la personalità, il che è il presupposto necessario per stabilire un dialogo (53),

Tale dialogo richiede « grande obiettività e spregiudicatezza » (54) da parte dell'Io, avvezzo da tempo memorabile a intromettersi per correggere e criticare tutto quello che non conosce a fondo:

in genere si rifugge dalla solitudine con sé stessi per paura delle scoperte sgradevoli.

A causa della rimozione, l'« altra parte » può manifestarsi solo per via indiretta: si tratta di invasioni, o sintomi, che irrompono nella coscienza durante gli stati di forte emotività; l'Io si difende dalla presa di coscienza di questi contenuti inconsci, identificandosi al momento con essi, per rinnegarli o dimenticarli poco dopo.

Jung consiglia quindi, come già nel saggio « La funzione trascendente », di prendere per punto di partenza del dialogo proprio lo stato affettivo, in quanto esso racchiude le verità dell'« altra parte ». Il capitolo sulla « Tecnica della distinzione tra l'io e le figure dell'inconscio » interessa soprattutto in quanto fornisce una chiara differenziazione tra immaginazione attiva e passiva. Jung propone come esempio la fantasia in cui la fidanzata del soggetto si suicida, senza che egli intervenga per salvarla. Egli cioè resta in uno stato puramente percettivo e passivo, senza attribuire un valore reale alla fantasia, senza viverla come vivrebbe un'analoga situazione nella realtà (55).

Egli non viene quindi a spiegazione con l'inconscio, non entra in discussione e non fa i conti con esso. Questo equivale a riconoscerne il predominio inattaccabile, che — paradossalmente — deriva dal non prenderlo in seria considerazione.

E' solo con la partecipazione attiva alle nostre fantasie che noi possiamo stabilire un collegamento tra coscienza e inconscio, un contatto trasformatore, che agisce come una sorta di reazione chimica.

La via della funzione trascendente va seguita solo per intima necessità individuale e in ogni caso non

rappresenta mai un'evasione dalla vita e dal mondo. « Al contrario, una simile via è possibile e proficua soltanto se si affrontano in realtà gli specifici compiti mondani che coloro che seguono questa via si pongono. Le fantasie non sono surrogati di ciò che è vivo, ma frutti dello spirito, che toccano in sorte a chi paga il suo tributo alla vita. Lo scansafatiche non vive che la sua morbosa angoscia, e questa non gli genera alcun senso » (56).

« Il mistero del fiore d'oro », pubblicato da Jung insieme a Richard Wilhelm nel 1929, è definito da Jung la prosecuzione di « L'Io e l'inconscio » (57). Nella premessa a quest'opera Jung dice di aver potuto constatare l'evidente parallelismo tra la via percorsa dall'Oriente fin da tempi remotissimi e il processo di sviluppo psichico dei suoi pazienti. Si tratta di quella via che tende a superare il conflitto, apparentemente insanabile, tra coscienza e inconscio, ricercando « l'unità necessariamente richiesta della personalità » (58).

D'altra parte Jung ha spesso sottolineato che « l'orientale è profondamente radicato nell'esistenza quotidiana — per non dire nel fango — e perciò necessita di una forma di meditazione che lo liberi da questo e lo guidi verso l'alto, mentre noi viviamo soprattutto in un mondo intellettuale e necessitiamo di un tipo di meditazione che ci porti verso il basso, per così dire, nella realtà di base » (59).

Per questo sarebbe un errore grossolano «mettere direttamente, dinanzi all'uomo occidentale, il culto cinese dello Yoga; giacché, diventando questo così oggetto della sua volontà e della sua coscienza, otterremmo quell'effetto che avremmo voluto evitare, e cioè semplicemente un rafforzamento della coscienza di fronte all'inconscio, con un conseguente aumento della nevrosi » (60).

L'immaginazione attiva deve mettere in grado l'Io di reggere l'inconscio, consentirgli di lasciarsi invadere dall'inconscio come messaggero delle verità dell' «altra parte», nei casi in cui è eccessivo il dispotismo dell'Io sull'inconscio e la nevrosi è

avrà una reazione, non aspetterà tranquillamente, stando soltanto a guardare, finché il leone si trasforma in una nave ».

Il fatto che la paziente non avesse alcuna reazione — ad esempio di paura, di difesa, di meraviglia, ecc. — dimostra che essa non aveva preso sul serio fino in fondo l'immagine del leone, ma in qualche angolo della sua mente pensava: « Questo è soltanto un leone di fantasia ».

(56) Jung, " L'Io e l'inconscio ", Einaudi, 1959, pag. 136.

(57) Cfr. la prefazione alla seconda edizione di « L'Io e l'inconscio », pag. 11.

(58) R. Wilhelm e C. G. Jung, " Il mistero del fiore d'oro ", Laterza, Bari 1936, pag. 13.

(59) B. Hannah, *ibid.*, 1953, pag. 40.

(60) Wilhelm e Jung, *ibid.*, pag. 13.

(61) Wilhelm e Jung, ibid.,
pag. 16.

il risultato di questo illegittimo distacco dall'inconscio. L'osservazione del processo di sviluppo di pazienti che progredivano e si superavano, attraverso un innalzamento del grado di coscienza, ha condotto Jung a notare come « il nuovo, portato dal destino » (61) che essi accoglievano, generando così in sé il processo liberatore, non corrisponde quasi mai all'aspettativa cosciente. Per rendere possibile tale processo di sviluppo psichico « bisogna esser capaci di lasciar fare all'« anima ». Questa è una vera arte per noi, di cui infiniti uomini non comprendono nulla, giacché continuamente la loro coscienza interviene ad aiutare, a correggere, a negare, e comunque non è capace di lasciare indisturbato il semplice sviluppo del processo psichico... Essa consiste unicamente e soltanto nell'osservazione oggettiva dello sviluppo di un qualsiasi frammento di fantasia » (62).

(62) Wilhelm e Jung, ibid.,
pag. 16-17.

Questa inerzia intenzionale dell'io, che corrisponde al Wu Wei (fare il nulla) di Lao Tze e all'azione nell'inazione del Maestro Eckhart, è l'opposto della passività.

L'io può rivolgere le sue interrogazioni alle immagini inconscie solo a seguito di una sua piena inerzia, di uno stare senza difese. Parlando così dell'immaginazione attiva, come del mezzo più idoneo (forse l'unico) per favorire il processo di trasformazione che tende verso la personalità totale, Jung osserva che i simboli che esprimono la conciliazione delle antitesi, a lui noti attraverso il lavoro coi pazienti, sono gli stessi che compaiono nel testo cinese.

(63) Wilhelm e Jung, ibid.,
pag. 25.

I pazienti non sanno spiegarsi il significato di questi « mandala » che essi disegnano, ma ne sono affascinati e li sentono « in rapporto significativo ed efficace con il loro stato psichico individuale » (63).

(64) Wilhelm e Jung, ibid.,
pag. 27.

« Infatti il simbolo del « mandala », in pieno accordo con la concezione orientale, non è solo espressione, ma esercita anche un'azione, la quale reagisce sul suo autore » (64).

Ma questa via verso una coscienza superiore è enormemente più difficile e anche più pericolosa per l'Occidentale di quanto non lo sia per l'Oriente. « Mentre il Cinese può appellarsi all'autorità di tutta la sua civiltà, e se percorre la lunga via, compie così, con il riconoscimento generale, la miglior cosa ch'egli possa mai compiere; l'uomo occidentale, invece, se realmente vuole imboccare questa strada, ha contro di sé tutta l'autorità, intellettuale, morale e religiosa » (65).

Nello stesso 1929 in cui pubblicò « Il mistero del fiore d'oro », Jung descrisse, nel saggio sugli « Scopi della psicoterapia » (66), come arrivò a scoprire la tecnica dell'immaginazione attiva. (65) Wilhelm e Jung, *ibid.*, pag. 19.

I pazienti restavano affascinati da un'immagine onirica e dicevano che, se avessero saputo disegnare o dipingere, avrebbero voluto darle espressione. Jung allora cominciò a incoraggiarli a tentare di dar forma alla loro visione interiore, senza proporsi di creare un'opera d'arte. Lo sforzo richiesto per riprodurre l'immagine obbliga l'io a considerarla più seriamente, come qualcosa di reale. Le esperienze interiori sono così messe sullo stesso piano di realtà di quelle esterne. (66) C. G. Jung, " Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna ", Einaudi, Torino, 1964, pagg. 73-79.

Alcuni anni dopo Jung pubblicò un saggio sull'empiria dell'individuazione (67), nel quale è presentato il caso di una paziente, il cui processo individuativo prese inizio da esperienze di immaginazione attiva attraverso il disegno. La paziente scoprì da sé il metodo dell'immaginazione attiva, il giorno prima di incontrare Jung per iniziare con lui un lavoro psicologico. Mentre stava dipingendo un paesaggio, affiorò improvvisamente dentro di lei una fantasia visiva; essa si vide sulla riva del mare, con la metà inferiore del corpo imprigionata nella roccia, e si sentì presa in trappola e impotente. Poi le apparve Jung nelle vesti di un mago medievale; essa invocò il suo aiuto ed egli, avvicinandosi, toccò la roccia con la bacchetta magica; la stretta della roccia si allentò ed essa poté uscire illesa. Questa fantasia si presentò alla paziente (67) Jung, " Zur Empirie des Individuationsprozesses ", *Eranos-Jahrbuch 1933* (Coli. Works, IX, parte I, pagg. 290-354).

con tanta vivezza, che essa finì per dipingerla, al posto del paesaggio che aveva incominciato.

Da questa pittura Jung poté ricavare altri elementi significativi — oltre a quelli desunti dalla fantasia visiva — dato che la paziente non possedeva alcuna tecnica, né abilità nel dipingere: « in tali casi è molto facile per l'inconscio insinuare le sue immagini subliminali nella pittura » (68); cioè accade che l'imperizia di chi disegna, o dipinge, consente all'inconscio di insinuare i suoi contenuti là dove fa difetto la tecnica della rappresentazione.

In questo caso avvenne che le rocce assunsero l'aspetto di uova sode tagliate a metà, con il tuorlo nel mezzo. L'uovo è un germe di vita, che non è solo il simbolo cosmogonico dell'inizio del mondo, ma anche il simbolo « filosofico », dal quale, secondo gli alchimisti, al termine dell'opus, emerge l'**Antropos**, l'uomo totale.

Da questo Jung comprese che attraverso la via dell'individuazione era preannunciata la liberazione dallo stato di imprigionamento nella Madre Terra:

la paziente infatti era in uno stato di parziale identificazione inconscia con la madre, conseguente alla sua relazione inadeguata e non risolta con lei. L'imprigionamento della parte inferiore del corpo indicava la condizione psicologica della paziente, posseduta dall'inconscio proprio nella sfera dei problemi della femminilità e della maternità, che rappresentavano « quel segreto della madre sul quale essa non aveva mai voluto indagare » (69). Dietro suggerimento di Jung la paziente continuò a dipingere, lasciando che si sviluppasse nelle pitture quel processo di liberazione indicato dalla prima fantasia. Ne seguì una serie di pitture, dipingendo le quali la paziente faceva continue scoperte: non sapeva affatto in partenza che cosa avrebbe dipinto. Si accorse che la **ragione** tentava sempre di eseguire la pittura come essa pensava che avrebbe dovuto essere, ma gli **occhi** tenevano fermo alla loro visione e alla fine ottenevano che nella pittura l'immagine apparisse come essa realmente era e non secondo le aspettative razionali.

(68) Coll. Works, ibid., pag. 292.

(69) Coll. Works, ibid., pag. 292.

Un chiaro esempio di questo fenomeno, che presenta tutte le caratteristiche dell'immaginazione attiva, è costituito da una pittura, che mostra una sfera mandalica (il cui nucleo ha preso l'aspetto dell'organo femminile), fecondata da un serpente. La paziente raccontò che essa sentiva il serpente, nel suo significato sessuale, come un « terribile pericolo », che minacciava l'« integrità della sfera » (70), per cui tentò di disegnare una sfera che aveva respinto l'attacco del serpente. Ma questo non soddisfaceva gli **occhi**.

(70) Coli. Works, ibid., pag. 316.

Con l'aiuto di Jung essa arrivò ad intendere « l'intero processo in modo più impersonale », come « la realizzazione di una legge della vita alla quale la sessualità è subordinata » (71). Una volta che il serpente poté così essere accettato « come una parte necessaria del processo di sviluppo » (72), la paziente fu in grado di portare a termine rapidamente e facilmente il suo disegno, nel quale il serpente, che feconda la sfera dall'alto, contrariamente alle aspettative, si rivela un simbolo spirituale:

(71) Coli. Works, ibid., pag. 316. Le parole testuali della paziente furono: « L'lo non era il centro, ma, seguendo una legge universale, io giravo intorno a un sole ».

in esso è contenuta anche la sessualità, che pertanto non è repressa, ma è priva di un oggetto proprio, in quanto è incanalata e inserita in uno sviluppo spirituale.

(72) Coli. Works, ibid., pag. 316.

Jung commenta l'estrema difficoltà che la paziente aveva incontrato nel dipingere questa immagine, dicendo che « il brusco ed evidente metter da parte il tanto amato e tanto importante lo non è faccenda da poco. Non per nulla questo « lasciar andare » è il **sine qua non** di tutte le forme di sviluppo spirituale più elevato, sia che noi gli diamo il nome di meditazione, di contemplazione, di yoga o di esercizi spirituali. Ma, come mostra questo caso, rinunciare all'atteggiamento egoico non è un atto di volontà, né un risultato prodotto arbitrariamente; è un evento, qualcosa che capita... » (73). Le pitture mostrano motivi che si collegano chiaramente all'alchimia, di cui la paziente non aveva alcuna conoscenza. Jung tiene a dichiarare che a quel tempo anche lui non conosceva la simbologia alchemica, ma sapeva soltanto che il cerchio era

(73) Coli. Works, ibid., pag. 318.

un mandala, cioè esprimeva la totalità del Selbst: quindi egli non poté in alcun modo influenzare la paziente con le sue idee sull'alchimia. Al contrario, furono proprio le genuine creazioni dell'inconscio, contenute nelle pitture della paziente, che dettero a Jung il definitivo stimolo a intraprendere uno studio approfondito delle opere degli alchimisti.

I mandala dipinti dalla paziente rappresentano il tentativo di unificare gli opposti, physis e spirito, principio femminile e principio maschile.

La serie di pitture illustra le fasi iniziali del processo di individuazione, che rappresentano anticipazioni intuitive di sviluppi futuri della personalità. Jung poté aiutare e seguire la sua paziente in questo processo, che spontaneamente trovò espressione nell'immaginazione attiva, perché egli già da tempo era solito usare il metodo dell'immaginazione attiva nel lavoro analitico. Egli sottolinea il fatto che « i dettagli di un processo di trasformazione, reso visibile attraverso l'immaginazione attiva... richiedono conoscenze specializzate per divenire comprensibili » e che « le esperienze psi-chiche hanno effetti molto diversi sullo sviluppo di una persona, secondo che siano interpretate in modo corretto o errato » (74).

« E' uno dei doveri dello psicoterapeuta acquistare conoscenze tali di queste cose, che lo rendano capace di aiutare il suo paziente a raggiungere una comprensione adeguata » (75). A proposito dei pericoli dell'immaginazione attiva, Jung dice che non è patologica la costellazione delle immagini archetipiche, ma solo il modo in cui il soggetto reagisce di fronte ad esse: la reazione patologica più caratteristica è l'identificazione con l'archetipo.

Il successivo incontro di Jung con l'alchimia, da lui studiata con tanto accanito fervore, gli fornì il precedente storico per dimostrare la spontaneità di un processo individuativo nell'uomo, la cui attuazione implica un'esperienza di confronto con l'inconscio, analoga a quella dell'immaginazione attiva. Jung cominciò a comprendere l'alchimia sol-

(74) Coll. Works, ibid., pag. 351.

(75) Coll. Works, ibid., pag. 351.

tanto dopo aver letto « Il mistero del fiore d'oro », che egli stesso definisce « un esemplare di alchimia cinese » (76).

Nelle conferenze del 1935 all'E.T.H. (77), Jung paragonava il metodo dell'immaginazione attiva allo yoga: « ... in quanto lo yoga è un metodo per estendere la personalità, essi possono essere menzionati nella stessa connessione. Tuttavia in India non sono permesse le libere fantasie, dato che ogni fantasia è basata su pitture dogmatiche, chiamate yantras, che servono ad attrarre e a concentrare l'attenzione, formando così una guida alla fantasia. Nell'immaginazione attiva noi cerchiamo di permettere all'inconscio di esprimersi liberamente, mentre lo yoga cerca di mantenere l'inconscio entro i confini del suo dogma... » (78).

Come parallelo occidentale dell'immaginazione attiva, Jung — nelle conferenze all'E.T.H. — proponeva gli esercizi spirituali di S. Ignazio di Loyola:

in essi è autentica l'espressione dei contenuti inconsci, ma l'atteggiamento dell'io verso di essi non è libero. Si tratta di esercizi di meditazione rigidamente dogmatici, nei quali ogni azione è prescritta, e bisogna seguire precise istruzioni, per cui non vi si trova il tentativo individuale di venire a spiegazione con l'inconscio (79).

Sia nello yoga che negli esercizi cristiani l'allievo viene messo in guardia contro i fattori disturbanti e gli è insegnato il modo di difendersene e di scacciarli come tentazioni devianti e pericolose. Invece l'immaginazione attiva è molto meno programmatica: non si propone alcuno scopo né ha premesse o testi che servano da filo conduttore, né posizioni del corpo prescritte, né controllo del respiro, ecc.

Si prende come punto di partenza un contenuto o un'immagine inferiore e, se interviene un fattore disturbante, il soggetto è del tutto libero di reagire di fronte ad esso come vuole. Ogni passo quindi è il frutto di una decisione individuale e responsabile e comporta una sintesi individuale di tendenze cosce e inconscie.

(76) « Ricordi, sogni... », pag.,233.

(77) Eidgenössische Technische Hochschule.

(78) Così la Hannah riporta il pensiero di Jung (ibid., 1953, pag. 39).

(79) B. Hannah, ibid., 1953, pagg. 40-41.

- « Questa assoluta libertà è proprio ciò che distingue l'immaginazione attiva di Jung da quasi tutte le altre forme di meditazione » (80).
- (80) M. L. Von Franz, " Die aktive Imagination in der Psychologie C. G. Jungs », in « Meditation in Religion und Psychotherapie », E. Klett, Stuttgart.
- (81) Conferenze del 1940 e del 1941 all'E.T.H. (Cfr. Hannah, ibid., 1953, pag. 41).
- (82) « Rosarium philosophorum », Artis Auriferae (Basileae, 1953) voi. II, pag. 214: « Et vide secundum naturam, de qua regenerantur corpora in visceris terrae. Et hoc imaginare per veram imaginationem et non phantasticam ». (In « Psicologia e alchimia » pag. 283, n. 6).
- (83) Jung altrove (« Psicol. e alchimia », pag. 303) parla dell'**imaginatio** come della chiave forse più importante per la comprensione dell'opus.
- (84) Jung, " Psicologia e alchimia", pag. 188.
- (85) Theatrum Chemicum (1661), VI, « Instructio de arbore », pag. 168. (86) « Quaeso, oculis mentis hanc grani tritici arbusculam secundum omnes suas circumstantias aspice, ut arborem Philosophorum plantare... queas ». In « Psicologia e alchimia », pag. 281, n. 5.
- Soltanto nelle meditazioni degli alchimisti Jung trovò uno stretto parallelo all'immaginazione attiva, perché gli alchimisti lasciavano che l'inconscio si manifestasse liberamente, proiettando i suoi contenuti sulla materia, che essi facevano oggetto delle loro ricerche (81).
- Sembra che proprio dal confronto tra l'opus alchemico e le esperienze di « Auseinandersetzung » tra 10 e inconscio sia nata progressivamente in Jung una visione sempre più chiara di quella che è la parte attiva dell'Io nel contatto con l'inconscio. Si ha l'impressione addirittura che il termine « immaginazione attiva » sia stato coniato da Jung come traduzione fedele del significato intimo di quella **vera imaginatio**, contrapposta all'**imaginatio phantastica**, che nel « Rosarium philosophorum » (82) rappresenta la condizione psicologica richiesta per l'attuazione dell'opus.
- Dice Jung che l'**imaginatio** (83) va intesa come « forza d'immaginazione vera e propria », come « evocazione attiva di immagini (interne), **secundum naturam...**, che non 'fantastica' ciò che capita, senza sistema e senza terreno sotto i piedi, che non giuoca dunque con i suoi oggetti, ma che invece tenta di comprendere i dati interni in rappresentazioni ad imitazione fedele della natura. Quest'attività viene chiamata **opus**, opera» (84).
- Queste parole di Jung, che a prima vista sembrano oscure, possono essere meglio comprese attraverso 11 confronti con altri due passi di testi alchimistici, che Jung cita e commenta più avanti.
- Il primo passo (85) descrive così la condizione psicologica dell'operatore: «Ti prego, **guarda con gli occhi dello spirito** il piccolo albero del seme di frumento con riguardo a tutte le sue circostanze, affinché tu possa piantare l'albero dei filosofi » (86). Da queste parole apprendiamo come « con l'immaginazione l'albero filosofico venga indotto a crescere » (87).

La condizione psicologica dell'operatore è dunque di fondamentale importanza per l'attuazione dell'opus. Come dice Jung, probabilmente « l'autore [del Rosarium] è veramente dell'opinione che il **segreto essenziale dell'artista nascosto nello spirito umano**; si trova dunque, per dirlo in termini moderni, nell'inconscio » (88). Cioè questo

(87) Jung, "Psicologia e alchimia", pag. 303.

passo del Rosarium « sembra alludere all'immaginazione attiva, che è quella che mette veramente in moto il processo » (89).

(88) Id., ibid., pag. 284.

L'opus alchemico non era mai un'attività puramente pratica, ma in quanto dava espressione ai contenuti inconscio dell'operatore, era anche un'attività psichica, paragonabile appunto all'immaginazione attiva (90).

(89) Id., ibid., pag. 281.

L'altro passo, del lessico di Ruland, dice: « L'immaginazione è l'astro nell'uomo, il corpo celeste o superceleste » (91).

(90) Cfr. id., ibid., pag. 380.

Dunque i processi immaginativi collegati all'opus sono in qualche modo anche corporei, sono di natura fisico-spirituale.

(91) Id., ibid., pag. 303-4.

« In un'epoca nella quale non esisteva ancora una psicologia dell'anima empirica, doveva necessariamente regnare un simile concretismo, poiché tutto ciò che era inconscio era, se attivato, proiettato sulla materia, veniva cioè incontro all'uomo dallo esterno... Così **l'imaginatio** o l'immaginare è anche un'attività fisica, che può essere inserita nel circuito dei mutamenti materiali che essa determina, e dai quali a sua volta essa stessa viene determinata. In questo modo l'alchimista non stava solamente in rapporto con l'inconscio, bensì anche in un rapporto immediato con la materia, che egli sperava di poter trasmutare per mezzo dell'immaginazione... « **Imaginatio** » è dunque un estratto concentrato (92) delle forze vive tanto corporee quanto dell'anima » (93).

(92) Jung traduce così la parola **astrum**, che significa quintessenza.

(93) Id., ibid., pag. 304.

Quindi, in questa situazione di concretismo tra materia e spirito, **l'imaginatio secundum naturam**, ad imitazione fedele della natura, dovrebbe rappresentare l'adesione dell'alchimista alla concretezza della materia su cui egli opera, e, al tempo stesso, la

sua aderenza alla realtà dei propri contenuti interiori, che egli ha inconsciamente proiettati sulla materia stessa.

Poiché gli alchimisti erano completamente ignari delle leggi della chimica, erano portati a considerare le strane immagini, che apparivano nelle loro storte, come aspetti del comportamento della materia e usavano annotare fedelmente i risultati delle loro osservazioni.

Così **nell'imaginatio secundum naturam** la seria e rispettosa considerazione verso i fenomeni naturali non esclude la naturalità dei fenomeni psichici, inconsciamente proiettati su una materia ignota e quindi capace di produrre qualsiasi prodigio.

Invece il fantasticare senza terreno sotto i piedi e il giocare coi propri oggetti interiori sembra molto affine all'immaginazione passiva e alle fantasie di adempimento di desideri, dove viene a mancare appunto la seria considerazione da parte dell'Io verso la propria realtà inferiore. Mentre di solito noi consideriamo le nostre fantasie come fantasmi irreali e senza sostanza, l'atteggiamento spirituale dell'alchimista, essenziale per l'attuazione dell'opus, è una condizione psicologica molto simile a quella dell'immaginazione attiva, con la differenza che nell'immaginazione attiva le fantasie sono rese consapevoli, mentre nell'opus alchemico esse vengono inconsciamente proiettate sulla materia.

L'opus alchemico mi pare possa essere avvicinato a certo tipo di « dialogo » del pittore o dello scultore con l'opera che egli sta creando (94), sulla quale ha proiettati, cioè in qualche modo esteriorizzati e concretizzati, i propri contenuti interiori. Si dovrebbe dire che per l'artista, così come per l'alchimista, è questo il modo di conferire realtà all'inconscio e di venire a spiegazione con esso (95).

In « La psicologia del transfert » (96) Jung comincia ad usare l'espressione « sogni ed immaginazione attiva » (97), che diventerà sempre più di uso comune nelle sue ultime opere, come se il metodo dell'immaginazione attiva avesse acquistato un ca-

(94) Vedi pag. 377.

(95) Cfr. M. Fordham, " Active Imagination - deintegration or disintegration?", Journal of anal. psych. XII, 1, 1967, pag. 51: «... numerosi libri e saggi hanno mostrato che essa [l'immaginazione attiva] si evidenzia nella vi-

ratiere di utilità più generale e una possibilità di più largo impiego, paragonabile a quella dei sogni, soprattutto nei casi in cui fosse in atto un processo di individuazione (98).

Osserva Jung che più uno si concentra sui propri contenuti inconsci, più essi si caricano di energia, diventano vitali, come se fossero illuminati dall'interno: l'uso metodico di questo fenomeno psicologico è appunto l'immaginazione attiva (99), il cui scopo è di liberare la coscienza dalla sua rigidità e dalla sua staticità fossilizzata.

Altrove (100) Jung dice che l'immaginazione attiva in certa misura può prendere il posto dei sogni:

infatti alcuni suoi pazienti, che manifestavano una ricchezza enorme e caotica di materiale fantastico, sia nei sogni che nella vita desta, poterono scaricarsi della pressione, che era all'origine di queste produzioni, proprio attraverso l'applicazione del metodo dell'immaginazione attiva, che spesso finiva per ridurre la frequenza e l'intensità dei sogni.

Ma la più chiara e precisa sintesi del pensiero di Jung sull'immaginazione attiva, da lui ormai considerata senza alcun dubbio « la via regia per l'individuazione e forse anche un **sine qua non** di un'analisi completa» (101), è contenuta nel « *Misterium coniunctionis* » (1955-56), che è forse l'opera di Jung in cui è maggiore l'anelito ad abbracciare entro una visione universale l'intera problematica dell'umanità, all'interno della quale si inserisce l'apporto psicoterapeutico, come il mezzo più adeguato per guidare l'uomo verso la sua via naturale di sviluppo.

In quest'opera Jung pone l'accento sul problema del distacco dal transfert, nei casi in cui, una volta risolta la sintomatologia clinica, il paziente si trova di fronte ai problemi generali dell'umanità, nell'ambito dei quali si inserisce la sua via individuale, e si attacca maggiormente al transfert, se sospetta che il suo analista si occupi di questi problemi più di quanto dice (102).

Jung esprime qui i suoi dubbi circa la possibilità di « analyze away » il transfert, cioè di svezzare il

ta dei pazienti in analisi, nelle visioni dei mistici, negli artisti, negli alchimisti... ».

(96) Publio, nel 1945.

(97) « La psicologia del transfert », Il Saggiatore, 1961, pag. 44.

(98) Infatti il metodo dell'immaginazione attiva non implica una **reductio in primam figuram**, ma una sintesi dei contenuti consci ed inconsci (Coli. Works, Vili, pag. 204), il che è proprio la meta della funzione trascendente.

(99) Coli. Works, XI, pag. 496.

(100) Coli. Works, Vili, pag. 202.

(101) R. F. Hobson, *Journal of anal. psych.*, X, 2, 1965, pag. 191.

(102) Jung, " *Misterium coniunctionis* ", Coli. Works, XIV, pag. 527. Qui Jung contrappone la psicoter-

pia minore, che ha di mira l'eliminazione dei sintomi, all'analisi, che si occupa del processo di individuazione e che è una esigenza imprescindibile solo per pochi.

(103) « *Mysterium coniunctionis* », *ibid.*, pagg. 529-30.

(104) Qui Jung precisa che lo sviluppo di una psicosi in un paziente predisposto si verifica di solito all'inizio del trattamento, in seguito all'attivazione dell'inconscio derivante dall'analisi dei sogni. Non dovrebbe quindi esserci più alcun rischio in una fase tanto avanzata dell'analisi quale è quella a cui Jung si riferisce parlando delle esperienze di immaginazione attiva (« *Mysterium* », *ibid.*, pag. 530).

(105) « *Mysterium* », *ibid.*, pag. 531.

paziente dal rapporto col suo analista alla maniera di Freud: la pratica è diversa dalla teoria e i pazienti, che non possono più tornare indietro verso i genitori, si aggrappano al loro medico. L'unica via possibile in questi casi, per il paziente che voglia conquistarsi una reale indipendenza dal suo analista, è quella dell'immaginazione attiva. Ma se l'analista non ha un'esperienza personale di questo metodo, non può aiutare il paziente ad applicarlo su sé stesso.

Inoltre bisogna considerare, proprio da questo punto di vista, che una resistenza all'impiego del metodo dell'immaginazione attiva da parte del paziente può esser dovuta al fatto che gli dispiace troppo di staccarsi dal suo analista. In questo caso il paziente farà dell'immaginazione passiva e si fermerà al godimento estetico che gli deriva dall'osservazione del proprio teatro inferiore (103).

Dopo trent'anni di esperienze di immaginazione attiva sui pazienti e su sé stesso, Jung sembra esser giunto a consigliarne l'applicazione senza timore nei casi in cui si è arrivati a un sufficiente grado di consapevolezza, in fase avanzata di analisi. E d'altra parte, se l'immaginazione attiva è in qualche modo pericolosa per il paziente, sarà lui stesso a non praticarla, fin dall'inizio, in modo corretto (104).

Jung definisce qui l'immaginazione attiva « *an anticipated psychosis* » (105), cioè l'anticipazione artificiale di una psicosi, che ha in comune con quella reale il fatto che il soggetto integra lo stesso materiale fantastico di cui cade vittima il malato di mente, il quale però, non potendolo integrare, ne è sommerso. La differenza sta dunque solo nell'atteggiamento dell'Io, che nel primo caso entra volontariamente in dialogo con l'inconscio, al fine di integrarne i contenuti compensatori e così produrre quel senso di totalità che per alcuni è l'unica ragione di vita.

Può conquistare il tesoro — cioè il *Selbst* — solo colui che rischia la lotta mortale col drago e non ne è sconfitto. Egli acquisisce così un'intima cer-

tezza fondata non più sull'Io, ma sul Selbst, che lo rende capace di autentica indipendenza: dal momento che è riuscito a far proprio tutto quello che lo minacciava dall'interno, è perfettamente;

autorizzato a credere che potrà fare altrettanto anche in futuro.

Una buona e chiara descrizione del metodo della immaginazione attiva è pure contenuta nel « Misterium » (106).

L'immaginazione attiva, usata spontaneamente dalla natura (106) Ibid., pagg. 494-96.

stessa nell'opus alchemico, può essere indotta artificialmente, cioè appresa dal paziente dietro suggerimento del suo analista, quando l'analisi ha costellato così fortemente gli opposti, che una sintesi della personalità diventa una necessità imperativa, cioè quando le immagini compensatorie dell'inconscio sono divenute così insistenti, che il conflitto con la coscienza è critico e non si può più evitare di affrontarlo.

Si determina cioè una situazione di disorientamento tra un Sì e un No ugualmente forti e nessuna soluzione razionale risulta idonea a comporre il conflitto: la logica fallisce appunto perché in una antitesi logica non può esserci un terzo. Il « solvente » può essere solo un processo energetico irrazionale, che attraverso il simbolo unificatore esprime l'uno e l'altro lato senza negare o mutilare nessuno dei due.

Se il soggetto capisce che quello che sta contemplando è il suo proprio dramma inferiore, non può restare indifferente alla trama e al suo svolgimento, ma si sente chiamato a parteciparvi attivamente e a confrontarsi da attore con gli altri attori del dramma, che rappresentano al vivo le parti di lui non integrate.

E' molto importante fissare per iscritto tutto quello che accade durante il confronto con l'« altro » in noi, per non cadere nell'autoinganno (107).

Come osserva giustamente l'Hobson, nella sua recensione al « Misterium coniunctionis » (108), è difficile evitare la conclusione che Jung consideri l'immaginazione attiva la

conditio sine qua non del

(107) Cfr. «Ricordi, sogni... », pag. 214: « Ogni sera scrivevo coscienziosamente le mie annotazioni, e poi pensavo: « Se non scrivo all' " anima ", non può intendere le mie

fantasie ». Ma c'era anche un altro motivo che determinava la mia coscienziosità: l' " anima " non poteva così fraintendere le mie fantasie, e non poteva quindi servirsene per i suoi intrighi ». (108) *Journal of anal. psych.*, X, 2, 1965, pag 191.

processo di individuazione, della quale ogni analista esperto dovrebbe avere una sua personale esperienza .

Si direbbe anzi che la chiave per la comprensione della visione finalistica e sintetica di Jung stia proprio nella giusta valutazione del metodo dell'immaginazione attiva, sia sotto il profilo clinico, che sotto quello universale delle vie di sviluppo e delle tendenze dell'uomo verso l'armonia e l'interezza.

CAPITOLO III

L'IMMAGINAZIONE ATTIVA NELLA LETTERATURA RECENTE

(109) Anna Marjula, op. cit., pag. IV.

(110) G. Adler, " Etudes de psychologie jungienne ", Georg, Genève 1957, Chap. II: «Technique de la psychologie analytique », pag. 59 sgg.

(111) G. Adler, op. cit., pag. 60.

Verso la fine della sua vita Jung spesso rimpiangeva che l'immaginazione attiva non fosse usata largamente dai suoi allievi (109).

Effettivamente, in base all'esame della letteratura sull'argomento, non mi risulta che siano molti i seguaci di Jung, i quali si sono occupati dell'immaginazione attiva e ne hanno fatto uso in terapia. Inoltre mi pare che l'elemento essenziale di questa tecnica (cioè la parte attiva dell'Io), sia stato inteso variamente e non sempre in modo aderente al pensiero di Jung, a volte anche da chi può considerarsi fedele interprete dell'insegnamento junghiano. Gerhard Adler ha parlato diffusamente dell'immaginazione attiva nelle sue pagine di tecnica della psicologia analitica (110), cioè ha inserito l'immaginazione attiva tra le norme e i principi tecnici a disposizione dell'analista nel lavoro coi pazienti. Tuttavia mi sembra che egli intenda l'attività dell'Io nell'immaginazione attiva in modo che si discosta in parte dal pensiero di Jung.

Secondo Adler si tratta di una « passività attiva » (111), cioè di un atteggiamento ricettivo di fronte a qualsiasi contenuto che affiori dall'incon-

scio, e di un attivo concentrarsi dell'attenzione sul «film » interiore (112).

Quindi per Adler la parte attiva dell'Io consiste principalmente nella concentrazione conscia, attraverso la quale vengono attivati e animati i contenuti inconsci. Cioè, stando alla distinzione posta da Jung tra immaginazione attiva e passiva (113), si tratterebbe qui di un'esperienza che assomiglia più alla seconda che alla prima, dato che l'Io si limita ad assistere al proprio dramma interiore come spettatore, o, anche se assume una qualche parte nella vicenda, questa partecipazione non implica mai una reazione vivace da parte sua, tale da dimostrare che il soggetto considera quanto sta vivendo nel proprio mondo inferiore non meno reale che un evento del mondo esterno (114). Adler racconta che una sua paziente soffriva d'insonnia perché aveva paura d'addormentarsi: infatti quando chiudeva gli occhi, le appariva una figura umana grigia.

A un certo punto dell'analisi egli ritenne di poter «rischiare un attacco frontale» (115) e chiese alla paziente la descrizione di questa figura e poi anche il suo nome.

Dopo molte resistenze la paziente finì per rispondere che si trattava di una figura femminile, la quale si chiamava... come lei! Subito dopo essa ebbe una crisi di pianto. L'attacco di sorpresa dell'analista aveva prodotto l'improvvisa irruzione nella coscienza della libido liberata dal complesso autonomo. Attraverso questa presa di contatto tra il complesso inconscio e la coscienza, la paziente poté realizzare che una parte inconscia di lei — fino ad allora celata sotto l'identificazione alla madre — reclamava il suo diritto alla vita.

Secondo Adler questo esempio « contiene tutti gli elementi dell'immaginazione attiva » (116). Ma a me sembra che qui fu l'analista, e non l'Io della paziente, ad osare di sostenere il confronto con l'inconscio e ad assumere una parte attiva nell'interrogare l'immagine inferiore.

(112) Cfr. a pag. 87 (id., ibid.) la definizione di quella che Adler considera « immaginazione attiva in senso stretto »: distendersi e stare immobili, ad occhi chiusi, a contemplare le immagini che si presentano alla propria visione interiore

(113) Cfr. Jung, "L'Io e l'inconscio", pag. 123 sgg.

(114) Si noti, a questo proposito, l'analogia tra l'esempio di immaginazione **passiva**, citato da Jung in « L'Io e l'inconscio », pag. 124, in cui il paziente non soccorre la fidanzata che vuoi suicidarsi, e l'esempio di quella che per Adler è « immaginazione attiva in senso stretto » (op. cit., pag. 87-88), dove il soggetto incontra una vecchia misteriosa, di cui non riesce a riconoscere il volto, e nella capanna di lei ha una visione: la processione di alcuni personaggi religiosi, che rappresentano un nuovo atteggiamento nella vita del paziente, si trasforma in un simbolo mandalico, che egli sente di « dover » disegnare. Se si astrae dalla differenza fondamentale consistente nel fatto che il paziente di Jung rischia di cadere in una regressione pericolosa e di cattivo auspicio, mentre quello di Adler vive un'esperienza salutare di contatto con l'aspetto creativo del proprio mondo archetipico (differenza che sembra dipendere esclusivamente dalle condizioni individuali del sog-

getto) direi che ambedue i pazienti vivono passivamente il proprio confronto con l'inconscio: l'Io non dice mai la sua, non viene veramente a spiegazione con l'inconscio, e la differenza tra le due esperienze sta quindi unicamente nel fatto che nel primo caso l'inconscio si costella negativamente per il soggetto, mentre nel secondo sono all'opera le energie progressive e salutari emerse dal fondo archetipico. Quindi il risultato benefico e trasformatore del contatto con l'inconscio non dipende tanto dall'atteggiamento dell'Io, quanto dalla possibilità per l'Io di prender coscienza delle energie progressive che si muovono dentro di lui: qualcosa dunque di paragonabile all'illuminazione che può venire alla coscienza da parte di un grande sogno archetipico.

(115) G. Adler, *ibid.*, pag. 63.

(116) G. Adler, *ibid.*, pag. 64.

(117) Q. Adler, *ibid.*, pag. 65.

(118) Si tratta naturalmente di rappresentazioni simboliche a diverso livello. Il mandala è un simbolo archetipico, per il quale non esiste alcuna formulazione o traduzione possibile. Ma anche quando gli scarabocchi di un paziente rappresentano persone o cose che apparentemente potrebbero essere altrettanto bene descritte a parole, essi — dice Adler — agiscono come dei simboli, cioè « aiutano a costellare delle energie che non avrebbero potuto essere co-

E' vero che Adler subito dopo aggiunge che si può anche stabilire una vera e propria « conversazione » (117) con la propria immagine inferiore (nei casi — non molto frequenti — in cui sia stata raggiunta la maturità psicologica necessaria), ma questo non implica da parte sua il rilievo di un atteggiamento dell'Io più attivo nel processo: Adler non rileva la differenza tra un vero e proprio dialogo, con domande e risposte, e la pura contemplazione delle immagini inconscie.

Egli sottolinea il fatto che quando ci si concentra sulle immagini interiori, queste prendono vita, si animano.

Il disegno può rappresentare un altro modo di stimolare l'immaginazione attiva, quando l'immagine di un sogno o di una fantasia non è traducibile in parole: i pazienti si accorgono che i mezzi di espressione verbale sono insufficienti ad esprimere l'intensità della loro esperienza inferiore. I simboli possiedono la « numinosità » dell'esperienza archetipica, che non è ridicibile ad una formulazione razionale. Il disegno esprime l'esigenza del paziente di collegare questa esperienza archetipica alla coscienza: attraverso il disegno si attua la meditazione e la contemplazione dei simboli, che, una volta disegnati, esercitano un'influenza quasi magica sul soggetto.

Pitture e disegni aiutano a liberare gli elementi inconsci, tendenti verso la guarigione, che funzionano come simboli trasformatrici di energia (118).

Adler mette in guardia contro i pericoli di un uso indiscriminato dell'immaginazione attiva: « nei casi estremi, la violenza dello shock [prodotto dal contatto coi contenuti inconsci] può rompere la sottile membrana che ricopre misericordiosamente una psicosi latente » (119).

Quando si tratta di assimilare contenuti inconsci di carica energetica particolarmente elevata, è importante, secondo Adler, che si sia stabilita una forte relazione personale tra paziente e analista. Egli riporta il caso di una paziente, che gli telefonò disperata, perché non poteva resistere alla

violenza delle immagini che si succedevano ininterrottamente, durante un'esperienza di immaginazione attiva attraverso il disegno, e poté porre fine a questa «psicosi indotta artificialmente» (120) solo mediante un colloquio con lui. La scelta di questo esempio sembra mostrare che nell'esperienza clinica di Adler l'immaginazione attiva è soprattutto un mezzo di stimolare il contatto con le immagini inconsce, senza per altro aver di mira il distacco dal transfert auspicato da Jung, attraverso la possibilità di una relazione tra l'Io e l'inconscio indipendente dalla persona dell'analista (121).

L'analista quindi, invece di essere via via sempre meno necessario come mediatore della funzione trascendente per il paziente, rappresenta il sostegno indispensabile (122) per l'io del soggetto e, poiché è l'unico a poter giudicare se la stabilità dell'Io è divenuta sufficiente (in fase avanzata di analisi) a garantire la capacità di assimilazione dei contenuti inconsci, egli si assume l'intera responsabilità della cosa: questo, dal punto di vista del transfert, non costituisce certo un elemento di distacco.

Tale sembra essere la base su cui Adler altrove (123) afferma che anche pazienti nevrotici con un Io deficitario e rudimentale possono far uso dell'immaginazione attiva. Le immagini archetipiche emergenti hanno un effetto integrativo sull'Io, che gradualmente si rafforza e raggiunge un grado maggiore di organizzazione e di differenziazione. Questo deve servire a completare lo sviluppo dell'Io, che normalmente si attua durante l'infanzia sulla base di un modello preconcio, transpersonale, in continua interazione col « non-io » esterno (ambiente) e col « non-io » interno (psiche obiettiva).

Mi pare ovvio che Adler sottintenda l'indispensabilità dell'appoggio e della mediazione dell'analista in un processo in cui l'Io del soggetto è debole e incompletamente strutturato (124).

Nella stessa opera di Adler (125), una breve descrizione della tecnica dell'immaginazione attiva conferma l'impressione che l'attività dell'Io consista

stellate altrimenti » (Adler, op. cit., pag. 79). (119) Adler, op. cit., pag. 90.

(120) Adler, op. cit., pag. 91.

(121) M. Fordham (" New developments in analytical psychology", 1957, IV, " Notes on the transference ", pag. 86. Trad. italiana: Note sul Transfert, Rivista di Psicologia Analitica, anno 1, n. 1, marzo 1970, pag. 37) fa appunto una considerazione del genere a proposito di una paziente di Adler che aveva imparato a fare l'immaginazione attiva, senza però che il transfert fosse in alcun modo diminuito di intensità: anzi il transfert costituiva il **temenos** protettivo, « In cui ella si sentiva sufficientemente sicura per sopportare quell'intensa esperienza inferiore » (G. Adler « On the archetypal content of Transference » in « Report of the interational Congress of Psychotherapy, Zurich, 1954 », Basel and New York, 1955, pag. 288).

(122) Si tenga presente però che l'immaginazione attiva richiede di solito un lungo allenamento, prima di poter essere praticata in modo corretto senza l'assistenza dell'analista. In una fase iniziale anzi è consigliabile non praticarla senza il controllo dell'analista, che è pronto a intervenire con la sua comprensione e il suo sostegno: egli diventa l'amico che da una mano per riportare il sog-

getto nel mondo esterno e per ristabilire il contatto con la realtà, se questo è in pericolo. (Cfr. B. Hannah, « The problem of contact with animus », in «The Guild of pastoral psychology », 1962, pag. 23).

Ma proprio il fatto che l'analista diventi l'amico a mio avviso dovrebbe già essere un modo per il paziente di vederlo in dimensioni più obiettive e più umane, non più cioè come l'unico depositario dei segreti dello inconscio, ma piuttosto come la persona di più vasta esperienza, come una specie di fratello maggiore, che può « iniziare » il neofita sui primi passi della « Auseinandersetzung ». Mi sembra tuttavia che non sia questa la posizione di Adler.

Il fatto che l'analista faccia da fratello maggiore, o viceversa diventi l'unico arbitro e garante del processo può esser questione di sfumature molto sottili e a volte assai difficili da afferrare. In definitiva tutto dipende dall'importanza data dall'analista all'idea fondamentale di Jung, che il distacco dal transfert e la conquista dell'autonomia nella relazione con lo inconscio costituiscano lo scopo precipuo ed ultimo dell'immaginazione attiva.

(123) G. Adler, " The living symbol ", Routledge and Kegan Paul, 1961, pag. 39, n. 4.

(124) Nella stessa opera («The living symbol »), pag. 50, n. 7) Adler precisa che basta quel tanto di coerenza egoica che consenta all'Io di porsi in un atteggiamento di volontaria contemplazione dei contenuti inconsci.

(125) «The liv. symb. », pag. 49 sgg.

per l'autore unicamente nella volontarietà del suo porsi in atteggiamento passivo, di concentrazione aspettante, offrendo così all'inconscio un'opportunità di manifestarsi. Una volta che i contenuti inconsci sono stati espressi in una forma o in un'altra, essi vanno compresi e integrati. « Senza una comprensione adeguata essi restano puro materiale grezzo inutilizzato » (126).

Questa affermazione di Adler mi sembra la logica conseguenza delle sue premesse: è chiaro che quanto più attivamente interviene l'Io, con domande e interventi diretti, nel proprio dramma inferiore, tanto meno è necessaria un'interpretazione a posteriori dell'esperienza. Ma se l'Io si pone in atteggiamento puramente contemplativo di fronte ai pro-pri contenuti inferiori, il materiale inconscio emergente avrà altrettanto bisogno di essere interpretato di qualsiasi materiale onirico.

Adler precisa che « un modo di arrivare a una comprensione dei contenuti inconsci è quello di un « dialogo inferiore » tra coscienza e inconscio, che conduce alla « funzione trascendente degli opposti » (Jung, « The transcendent function », pag. 90) » (127). Cioè l'autentica immaginazione attiva junghiana costituisce per Adler solo uno dei modi per arrivare a comprendere i contenuti inconsci, emersi attraverso i vari tipi di quella che per lui è immaginazione attiva.

Tale ampliamento del concetto di immaginazione attiva non è accettato da Fordham, il quale distingue tra « attività immaginativa » e « immaginazione attiva ». Adler ribatte che questa « attività immaginativa » durante l'analisi « è spesso una manifestazione genuina e costruttiva della psiche obiettiva autonoma e dovrebbe esser presa come tale, cioè come immaginazione attiva » (128), chiarendo così, in modo che mi sembra inequivocabile, il suo pensiero a questo proposito.

Fordham invece (129) si riallaccia al concetto junghiano di « Auseinandersetzung », secondo il quale dall'incontro tra lo e inconscio si sviluppa un dramma inferiore. Egli nota che c'è sempre stata la ten-

denza ad usare il termine d'immaginazione attiva in senso più largo e cita l'esempio di Kirsch, che

10 applica ad una fantasia in cui l'Io non ha alcuna interazione conscia con le immagini interiori.

Kirsch afferma che « una ' Auseinandersetzung ' ha luogo all'interno di questa intensa concentrazione sul processo inferiore. Tale concentrazione è caratterizzata da un'acuta percezione delle immagini e dei pensieri che sorgono nel paziente, accompagnata da una calda e affettuosa partecipazione dell'ego conscio » (130).

Ma — dice giustamente Fordham — se il termine di immaginazione attiva è usato troppo estensivamente, genera soltanto confusione.

La distinzione che egli pone tra attività immaginativa e immaginazione attiva mi pare di fondamentale importanza. Come egli dice, il gioco e le fantasie del bambino vanno intesi come espressione della sua attività immaginativa (131), dovuta soprattutto al fatto che nell'infanzia le immagini archetipiche sono ancora in stretta relazione con l'Io in via di sviluppo (132). Ma questo non ha niente a che fare con l'immaginazione attiva descritta da Jung come il processo di confronto con l'inconscio, indotto deliberatamente dall'adulto per il quale l'individuazione è la via necessaria.

Giustamente Fordham rileva che tale distinzione è indispensabile per evitare il rischio di prendere qualsiasi pittura o scultura come una manifestazione del processo di individuazione. « Pitture, fantasie, ecc. possono essere tanto attività immaginativa che immaginazione attiva, dato che la distinzione dipende dall'attività dell'Io. In circostanze favorevoli, l'attività immaginativa porta alla crescita dell'Io, l'immaginazione attiva alla consapevolezza del Selbst » (133).

Ma il merito principale di Fordham mi sembra consistere nel fatto che egli si è occupato della relazione tra immaginazione attiva e transfert, mostrando così di aver perfettamente inteso quello che era

11 proposito di Jung: trovare un metodo idoneo a consentire ai pazienti di fare a meno del transfert,

(126) «The liv. symb. », pag. 50.

(127) « The liv. symb. », pag. 50. n. 6.

(128) « The liv. symb. », pag. 50, n. 7.

(129) M. Fordham, "Active imagination and imaginative activity", Journal of anal. psych. I, 2, 1956, pagg. 207-8.

(130) J. Kirsch, "Journey to the Moon", Studien zur anal. Psychologie C. G. Jungs, I, 1955, pag. 324. Mi sembra che la concezione di Kirsch concordi con quella di Adler.

(131) E' di parere contrario Zuebiin (« Die aktive Imagination in der Kinder - Psychotherapie », Studien zur anal. Psych. C. G. Jungs, I, 1955), secondo il quale l'immaginazione attiva è un fenomeno dell'infanzia. Per Fordham invece l'Io del bambino non è impegnato abbastanza. *IM.* Fordham, « New developments in anal. psych. », 1957, VII: «Child analysis», pag. 159, n. 13).

(132) « Nell'infanzia le immagini archetipiche sono difatti attive e i bambini giocano e sognano in esse, "nuotano" in esse... » Fordham, « Active imagination... », *ibid.*, pag. 207).

« Molto del gioco del bambino può simulare l'immaginazione attiva, in quanto egli reagisce nel gioco ad immagini attive, ma io credo che vi sia una differenza essenziale di tipo quantitativo. Questa differenza deriva dalla solidità dell'Io e quindi io preferisco chiamare i fenomeni corrispondenti

nell'infanzia col termine di attività immaginativa... » (Fordham, « New developments in anal. psych. », pag. 175). Qui Fordham riporta il caso di un bambino curato da lui, il quale aveva un compagno immaginario, di nome « Pilot ». « Pilot » faceva in fantasia tutto ciò che al bambino era proibito nella realtà, cioè era una figura d'Ombra, che serviva al bambino per tenere separati da sé determinati impulsi, che egli non riusciva a soffocare completamente. « Per mezzo di "Pilot" egli manteneva conscio il materiale, senza provocare la disapprovazione dei suoi genitori, che, invece di arrabbiarsi, erano tolleranti e perfino divertiti ». (133) M. Fordham, " Active imagination... " ibid., pag. 208.

(134) M. Fordham, " Notes on the transference ", op. cit., pag. 80.

(135) M. Fordham, " Notes on the transference ", op. cit., pag. 86 sgg.) fa notare che gli analisti non sono d'accordo quanto al ruolo dell'immaginazione attiva nell'analisi e alla sua posizione in rapporto con il processo del transfert. Per Adler l'immaginazione attiva sembra che non serva affatto a diminuire la intensità del transfert. Henderson invece ritiene che l'immaginazione attiva debba essere praticata dopo la risoluzione del transfert, in un periodo post-analitico. (Henderson, « Resolution of the transference in the light of C. G. Jung's psycho-logy », « Report of the International Congress of Psychotherapy Zurich 1954 », Basel and New York, 1955).

(136) Cfr. Fordham, "Notes on the transf. ", op. cit., pag. 95.

al termine dell'analisi, anche quando essi avevano esigenze individuative tali da non poter trascurare la relazione col proprio mondo archetipico.

Fordham sottolinea l'affermazione di Jung che i contenuti di certe proiezioni possono esser dissodi, ma non così le immagini archetipiche proiettate, le quali potranno soltanto esser distaccate dalla persona dell'analista (134).

L'immaginazione attiva è la via additata da Jung, attraverso la quale l'Io entra in relazione vitale con le immagini archetipiche. Così il transfert può divenire meno intenso e anche avviarsi verso la sua risoluzione (135).

Fordham dunque è convinto dell'efficacia dell'impiego dell'immaginazione attiva per ridurre il transfert, anche se mette in guardia contro il pericolo di farne un cattivo uso. Il pericolo principale consiste nella possibilità che ci si illuda riguardo alla risoluzione del transfert, il quale invece è forte come prima, ma è mascherato dall'impiego del metodo (136).

Un altro rischio a cui Fordham accenna altrove (137) è che l'immaginazione attiva possa esser usata come difesa contro l'aspetto personale del transfert. Questa possibilità è illustrata dal caso della sua paziente che usava questo metodo per neutralizzare l'influenza di lui (138).

Nel suo saggio più recente (139) Fordham dice che l'immaginazione attiva può essere il risultato sia di processi « deintegrativi » che di processi « disintegrativi ».

« Deintegrazione » è per Fordham la spontanea suddivisione del Selbst in più parti, necessaria al sorgere della coscienza, frutto — per così dire — dello impulso naturale del Selbst a divenire conscio e a dare origine all'Io. La « disintegrazione » al contrario è un processo patologico di distruzione o di scissione dell'Io, in cui una personalità già formata rischia di perdere la propria integrità (140).

Osserva Fordham che l'immaginazione attiva non è utile soltanto ai fini dell'individuazione, ma può servire anche per controllare disordini patologici o

per organizzare personalità fortemente disintegrate. I contenuti archetipici emergenti nei processi immaginativi sono da lui concepiti come il risultato della deintegrazione del Selbst, che favorisce una vita inferiore creativa. Questa deintegrazione tende verso una successiva integrazione, e se rito partecipa utilmente al processo, ne risulta un rafforzamento dell'Io e un'ulteriore realizzazione del Selbst. Se invece le immaginazioni a contenuto archetipico riflettono un processo disintegrativo, allora « l'atto immaginativo conterrà, maschererà, rappresenterà, o servirà a reprimere processi di disintegrazione del tipo di quelli che compaiono nelle sindromi psicopatologiche, alcune delle quali sono tentativi falliti di integrazione » (141).

In questo secondo caso, cioè quando l'immaginazione attiva maschera uno stato di disintegrazione, la componente patologica deve essere sottoposta ad analisi riduttiva e chiarita in base all'esame dello sviluppo del paziente nella sua prima infanzia.

Nel saggio Fordham descrive la sua esperienza con otto pazienti, che usavano l'immaginazione attiva durante l'analisi.

Ne la psicopatologia, ne la tipologia di questi pazienti presentavano caratteristiche comuni. Per quanto riguarda la tipologia, vi erano tipi introvertiti, ma anche tipi estrovertiti; erano chiaramente riconoscibili tipi di pensiero, di sentimento e di intuizione e un paziente probabilmente era un tipo di sensazione.

Secondo la Von Franz è possibile stabilire una certa distinzione, nel senso della maggiore o minore « disposizione » tipologica all'uso del metodo dell'immaginazione attiva: il tipo di intuizione può avviarsi più facilmente e più naturalmente verso l'immaginazione attiva, ma il rischio di un'esperienza inautentica è maggiore. Dato che l'intuizione è la funzione più differenziata e più a disposizione dell'Io, l'Io facilmente cade nella tentazione di intervenire in modo troppo massiccio e di alterare così la genuinità dell'esperienza di « Auseinandersetzung ».

(137) Fordham, " Notes on the transf. ", op. cit, pagg. 75-6.

(138) Essa conversava spesso con un « vecchio saggio », che quasi sempre le dava ragione, anche contro l'analista.

(139) M. Fordham, "Active imagination - deintegration or disintegration? ", Journal of anal. psych., XII, 1, 1967.

(140) M. Fordham, " On the origins of the ego in childhood ", Studien zur analytischen Psychologie C. Q. Jungs, Rascher, Zurich, 1955, voi. 1, pag. 93 sgg.

(141) M. Fordham, ibid. Journal of anal. psych., XII, 1, 1967, pag. 59. Fordham cita qui l'esperienza di Perry, (« The self in psychotic process », Berkley, Los Angeles, University of California Press), il quale, descrivendo certi processi iniziali di sintesi nei suoi pazienti schizofrenici, parla di « sindrome restitutiva nella schizofrenia », cioè di un tentativo spontaneo di curare le scissioni psichiche, che fallisce perché l'Io non è abbastanza forte per rendere feconda l'esperienza.

Gli altri tipi incontrano nell'immaginazione attiva le stesse difficoltà che trovano nella vita. Per fare un esempio, il tipo di pensiero tenderà a una sistemazione troppo razionale, che fraintende e inaridisce la realtà inferiore, come quella esterna.

(142) M. L. Von Franz, "The Shadow in fairy tales", C. G. Jung Institut, 1957, Lect. V, pag. 10 sgg.

Per quanto riguarda l'utilità pratica dell'immaginazione attiva, la Von Franz osserva (142) che il processo di confronto tra coscienza e inconscio — molto lento se unicamente basato sull'interpretazione dei sogni — può essere notevolmente accelerato attraverso l'« Auseinandersetzung », che consiste nel lasciar accadere i processi inconsci e nel trattare con essi.

Il caso di un paziente, che affrontò il dialogo con la propria Ombra cinica e distruttiva, mostra come l'immaginazione attiva, se praticata correttamente, possa avere un'influenza effettiva sull'inconscio: la figura d'Ombra alla fine non poté più obiettare nulla, perché l'Io del paziente aveva avuto ragione di lei, e quindi cessò di ossessionarlo. A questo proposito la Von Franz stabilisce un interessante parallelo tra immaginazione attiva e stregoneria, nel senso che entrambe consentono di attrarre i contenuti dell'inconscio.

(143) Per esempio, una donna innamorata cercherà di attrarre a sé l'uomo amato con filtri o altre pratiche magiche.

Sia la stregoneria che l'immaginazione attiva sono usate per influenzare una situazione psicologica. Tuttavia vi è tra esse una differenza sostanziale: la prima ha uno scopo esteriore, cioè vuole influenzare una persona o una cosa per soddisfare una pretesa dell'Io (143), mentre la seconda è prodotta soltanto dall'interno, opera solo sulle immagini inferiori e deve esser usata unicamente per il proprio scopo inferiore, anche se a volte può avere effetti esterni.

Se si vuoi lavorare sulla propria relazione con una persona reale, bisogna parlare col proprio affetto personificato, cioè col proprio amore o col proprio odio, preso nell'ambito della propria personalità, e non con l'immagine della persona reale sulla quale esso è stato proiettato, perché altrimenti si diventa ancora più inconsci e si resta nell'identificazione col proprio affetto. La disidentificazione

consiste invece proprio nel distinguersi da esso e nel guardarlo obiettivamente: l'Io si pone in disparte e viene a spiegazione col proprio odio o col proprio amore, lasciando fuori dal dialogo la persona che è oggetto di questo sentimento, al fine di evitare pensieri pieni di desideri e di pretese. Il pensare magicamente a quello che si desidera fare od ottenere non è immaginazione attiva, ma conduce a un pericoloso abbassamento di livello mentale: si può temere perfino una psicosi (144).

L'immaginazione attiva è uno sforzo molto faticoso, che non può durare a lungo, mentre il « lasciarsi andare » alle proprie emozioni o fantasie non è altro che immaginazione passiva.

In un altro saggio (145) la Von Franz osserva che, se l'immaginazione attiva è autentica, essa esercita sempre un effetto chiaramente percepibile sul soggetto. Tale effetto può essere tanto positivo che negativo, per cui l'immaginazione attiva va usata con molta cautela e prudenza.

Oltre al pericolo — già menzionato — dell'esplosione di una psicosi latente, c'è il rischio della comparsa di sintomi somatici. A questo proposito la Von Franz cita il caso di un suo paziente che — dopo un'esperienza d'immaginazione attiva, nella quale aveva finito per lasciarsi vincere dagli argomenti intelligenti e distruttivi della propria Ombra intellettuale e cinica — ebbe un attacco cardiaco puramente psicogeno, ma non di meno assai allarmante. Il suo cuore, la sede simbolica del sentimento, si rivoltava con violenza: il paziente aveva dimenticato gli argomenti del cuore, che egli avrebbe dovuto opporre agli argomenti razionali della Ombra.

D'altra parte l'immaginazione attiva può essere molto utile ai pazienti, poiché permette loro di svilupparsi senza dover dipendere in modo infantile dall'analista e si rivela di importanza decisiva, nei casi in cui la separazione dall'analista non può essere evitata per motivi di forza maggiore. Ma il metodo dell'immaginazione attiva è prezioso per gli stessi analisti, quando essi hanno bisogno di libe-

(144) Cfr. B. Hannah, *ibid*, 1953, pag. 41: «L'immaginazione vi è usata [nella stregoneria e nella magia] per le finalità e i propositi egoici, ai quali le forze dell'inconscio naturalmente si ribellano, e perciò, a lungo andare, tali pratiche distruggono sempre il loro perpetratore: poiché qui non vi è alcun tentativo di ampliare la personalità o di raggiungere una sintesi tra coscienza e inconscio, ma un chiaro furto di forze appartenenti all'inconscio, per usarle a beneficio dell'Io ».

(145) M. L. Von Franz, « Die aktive Imagination in der Psychologie C. G. Jungs », in « Meditation in Religion und Psychotherapie », E. Klett, Stuttgart, pag. 138 sqq.

(146) M. L. Von Franz, " Die Aktive Imagination..." pag. 144.

(147) M. L. Von Franz, *ibid.*, pag. 144.

(148) B. Hannah, *ibid.*, 1953, pag. 45. A proposito di questo concetto di « infezione psichica », cfr. Jung, « Psicologia e alchimia », pag. 17: «Nessuno tocca fuoco o veleno senza riportare almeno qualche conseguenza in certe parti meno resistenti; perché il vero medico non sta mai in disparte, ma è sempre in mezzo alla mischia ». Vedi anche Jung, « Zarathustra Seminar », II, 7: « Gli analisti hanno una nevrosi particolare, sono infettati da tutti i transfert dei loro pazienti ... sono avvelenati... Questa è l'infezione della maledetta professione ».

(149) Anna Marjula, *op. cit.*, parte II, pag. 89 sgg.

(150) Vedi pag. 306.

rarsi rapidamente da affetti e idee che li assediano: l'analista non può ne deve sottrarsi — durante il suo lavoro — al contagio delle forti emozioni; per aiutare i suoi pazienti gli occorre « sim-patia », « Mitleiden » (146), cioè egli non può non lasciarsi contaminare dalle fantasie morbose o dalle immagini disturbanti dei suoi pazienti. « L'impressione di qualcosa di brutto lascia — come disse una volta Jung — qualcosa di brutto nell'anima » (147). L'analista può liberarsi rapidamente da questo stato di « infezione psichica » con una breve immaginazione attiva. Egli infatti non è tanto la persona « sana » o « definitivamente guarita », quanto quella che è in grado di guarirsi da sola.

I popoli del circolo polare distinguono il malato di mente dal « medecin man » per il fatto che, pur essendo l'uno e l'altro posseduti da spiriti e demoni, il secondo è però capace di liberarsene da solo. La Hannah afferma addirittura che il metodo della immaginazione attiva è utile soprattutto agli analisti, in quanto permette loro di « disinfettare » l'inconscio dagli effetti ai quali è necessariamente esposto: questo — come disse Jung — è di grande utilità non solo per gli analisti, ma anche per i loro pazienti (148).

Converrà ora esaminare il contributo della Hannah per quanto riguarda l'applicazione del metodo dell'immaginazione attiva in terapia, dato che essa — forse più chiaramente di qualsiasi altro seguace di Jung — ha saputo rendere evidente come l'« Auseinandersetzung » possa avere un effetto diretto sulla nostra vita esterna ed aiutarci ad affrontare proprio quei problemi vitali ed attuali che noi tentiamo continuamente di trascurare.

La Hannah offre un esempio molto interessante di immaginazione attiva attraverso il disegno nella opera (149) — già ricordata (150) — in cui ci presenta il caso di Anna Marjula, la sua paziente che tenne numerose conversazioni con l'« animus » e con la Grande Madre. Si tratta di alcuni disegni spontanei, di soggetto archetipico, che la Marjula aveva fatto all'inizio dell'analisi, ma che a quel tem-

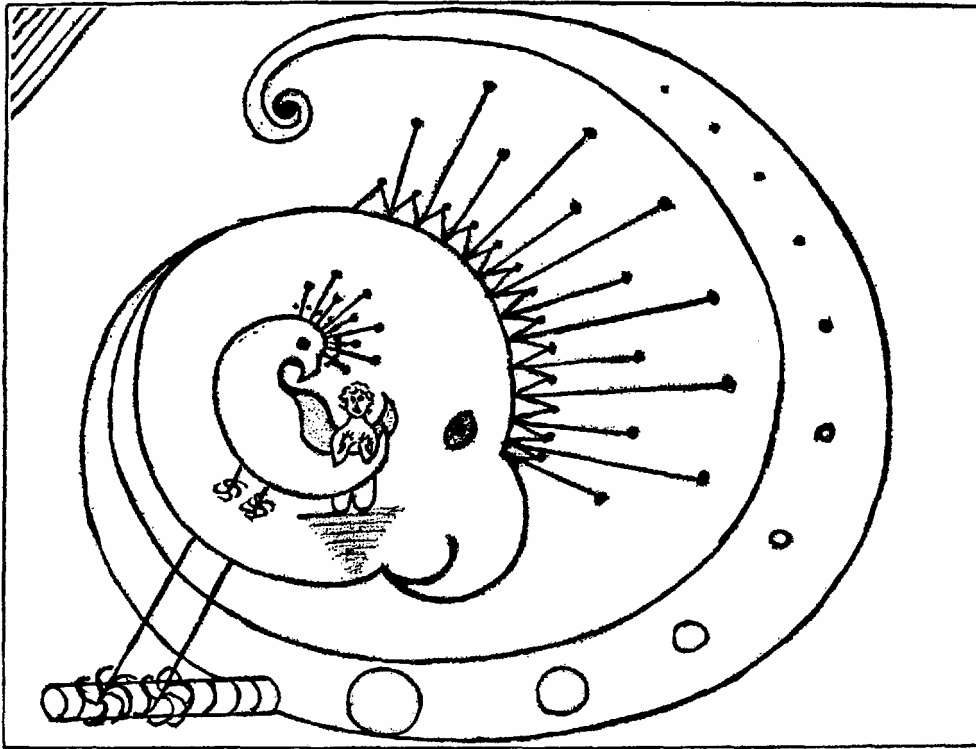


Figura 1

po non erano stati compresi. Molto più tardi, in fase avanzata di analisi, dopo aver fatto grandi progressi nella sua via individuativa ed essere in gran parte guarita dalla sua nevrosi, essa riprese in mano quei vecchi disegni e scoprì che ora comprendeva perfettamente il loro significato: essi contenevano intuizioni anticipatorie di sviluppi futuri della sua personalità, di cui essa, al tempo in cui aveva fatto i disegni, non era affatto conscia.

La Marjula aveva disegnato, tra gli altri, una serie di cinque disegni, nello spazio di sei giorni.

Nel primo disegno (fig. 1) la paziente rappresenta sé stessa come una piccola donna spaventata, inginocchiata a pregare tra le ali di un uccello, che ha un atteggiamento maternamente protettivo verso di lei. La corona dell'uccello suggerisce la sua origine

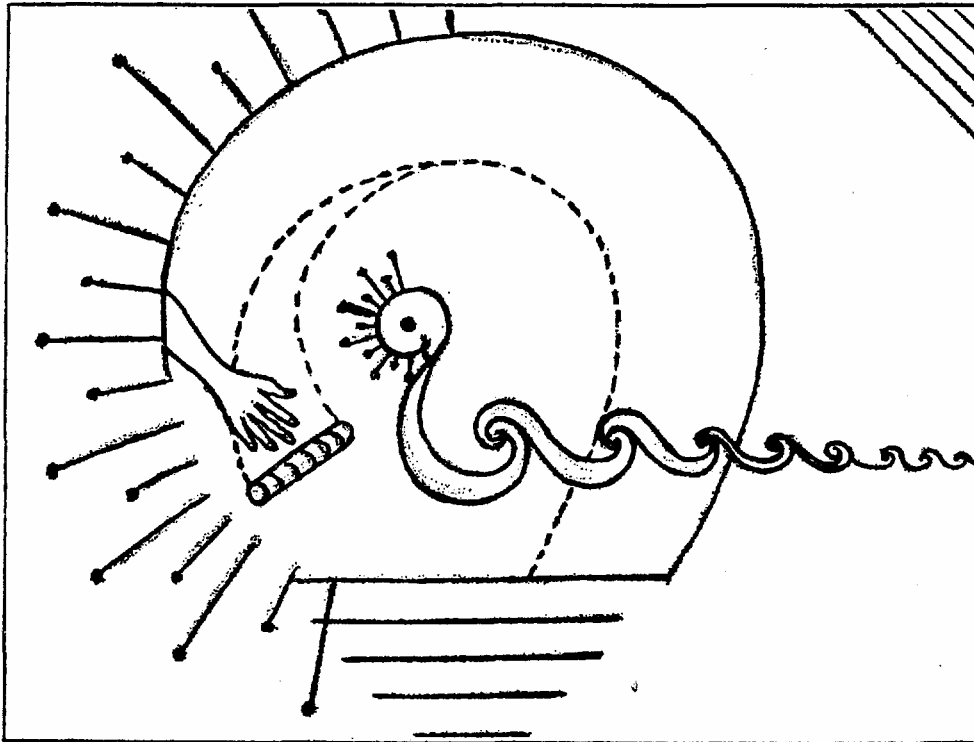


Figura 2

regale, cioè archetipica: la paziente sta prendendo contatto con la saggezza spirituale della Grande Madre archetipica. Paziente e uccello coronato sono racchiusi nella testa di una specie di drago coronato, probabilmente il simbolo di una potenza divina creatrice, che abbraccia tutto. Il drago tiene tra le zampe un rotolo misterioso, forse di papiro, che dovrebbe contenere un messaggio o un comando.

Il disegno, nel suo insieme, suggerisce l'idea del movimento e della forza di espansione di un germoglio o di un seme: si tratta dell'atto iniziale di una nascita, di origine archetipica.

Nel secondo disegno (fig. 2), il rotolo è libero dalle zampe del drago ed è in movimento; il drago è divenuto un serpente, pure coronato. Drago e ser-

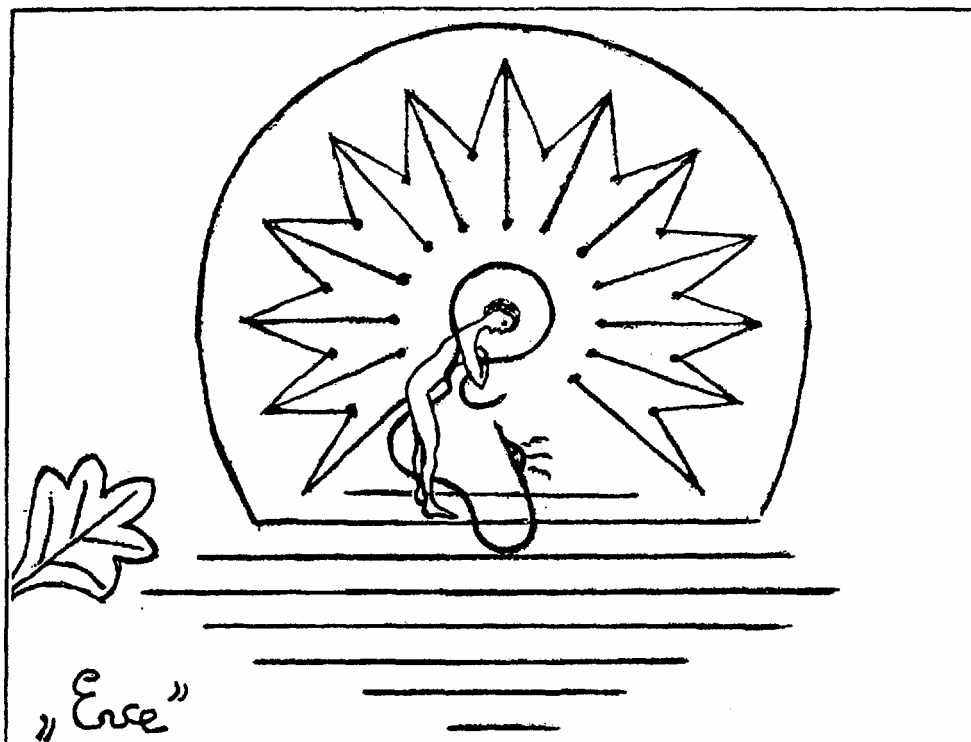


Figura 3

pente sono probabilmente simboli del Selbst ancora completamente inconscio.

Il Selbst qui suggerisce alla donna di afferrare il rotolo; essa è ancora fuori dalla sfera divina e osa soltanto insinuarvi una mano per afferrare il papiro, che deve contenere un messaggio per lei.

La paziente, che nel primo disegno era completamente passiva, ora ha assunto un atteggiamento di attiva obbedienza nei confronti del Selbst.

Il terzo disegno (fig. 3) mostra la donna in atteggiamento di affettuosa intimità e di attento ascolto nei riguardi di un piccolo serpente. Questo serpente è del tutto diverso dal serpente divino del disegno precedente e non ha corona; dovrebbe appartenere alla sfera personale della paziente; probabilmente rappresenta la sua Ombra, con la quale essa in-

treccia un dialogo. In effetti, diversi anni dopo, la paziente ebbe numerose conversazioni con un piccolo serpente, da lei chiamato «Ombra personale»:

ogni volta che si preparava ad affrontare il contatto con i grandi archetipi impersonali dell'Inconscio Collettivo, essa sentiva il bisogno di fortificarsi attraverso un colloquio preliminare col suo lato oscuro.

Verosimilmente dunque in questo disegno è rappresentato il dialogo della paziente con la sua Ombra, che funziona come preparazione, come « rite d'entrée » al contatto con l'Inconscio Collettivo. L'Inconscio Collettivo deve avere qualche progetto relativo alla paziente: come vedremo nei disegni seguenti, essa dovrà entrare in contatto col mondo archetipico, per conoscere il messaggio contenuto nel papiro e il compito che questo rappresenta per lei. All'estrema sinistra del terzo disegno sono visibili una foglia di fico e la parola « Èva » che alludono alla vicenda di Èva col serpente nel Paradiso Terrestre.

Nel quarto disegno (fig. 4) è rivelato il messaggio del papiro.

Il disegno rappresenta una quaternità divina: in alto è Dio Padre, a sinistra Cristo, a destra lo Spirito Santo e in basso Satana.

La donna sta in piedi sugli occhi di Satana. Questo dovrebbe significare che essa condivide il punto di vista di Satana, cioè ha una visione delle cose molto pericolosa: probabilmente si tratta della sua tendenza all'inflazione, caratteristica di un « animus » **satanico**. Anche il piccolo serpente — che compariva già nel disegno precedente — qui proviene dal volto di Satana. Tuttavia la donna e il serpente offrono mele alla Trinità e — dopo quello che preannunciava il disegno precedente — « non c'è molto da dubitare che si tratti dei frutti maturati su un certo albero del Paradiso, cioè delle mele della coscienza del bene e del male » (151)!

L'aiuto e l'ispirazione da parte dell'Inconscio Collettivo sono rappresentati dall'emanazione di potenti raggi, che partono dal centro del disegno.

(151) A. Marjula, op. cit., parte II, pag. 101.

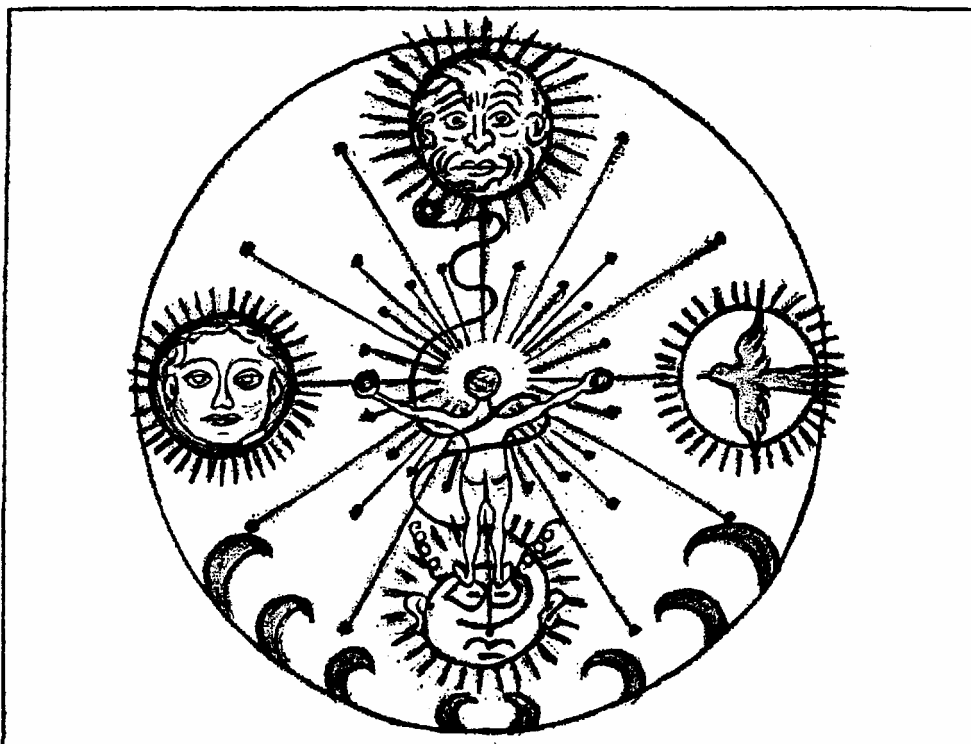


Figura 4

Il quinto disegno (fig. 5), che chiude la serie, fa pensare che Dio Padre abbia accettato e mangiato la mela della conoscenza, divenendo così conscio del bene e del male, cioè conscio del fatto che Satana è suo figlio, altrettanto di Cristo.

Dio Padre è caduto dal suo trono: nel disegno, al posto della Quaternità, è subentrata un'immagine della testa di Dio Padre scissa in due volti, disegnati di profilo, che esprimono la polarità del bene e del male (152). Al centro della testa di Dio, la figura femminile dovrebbe rappresentare l'« anima » di Dio, che implica un'altra polarità (principio maschile - principio femminile) all'interno della divinità. Gli occhi di Dio versano lacrime e la sua bocca esala dei soffi rossi (153), che ricordano le fiamme infernali da cui sorgeva Satana nel disegno

(152) Questo elemento fu ricavato in base all'associazione della paziente con le due facce di Giano, una benigna, l'altra malevola.

(153) I disegni originali erano a colori.

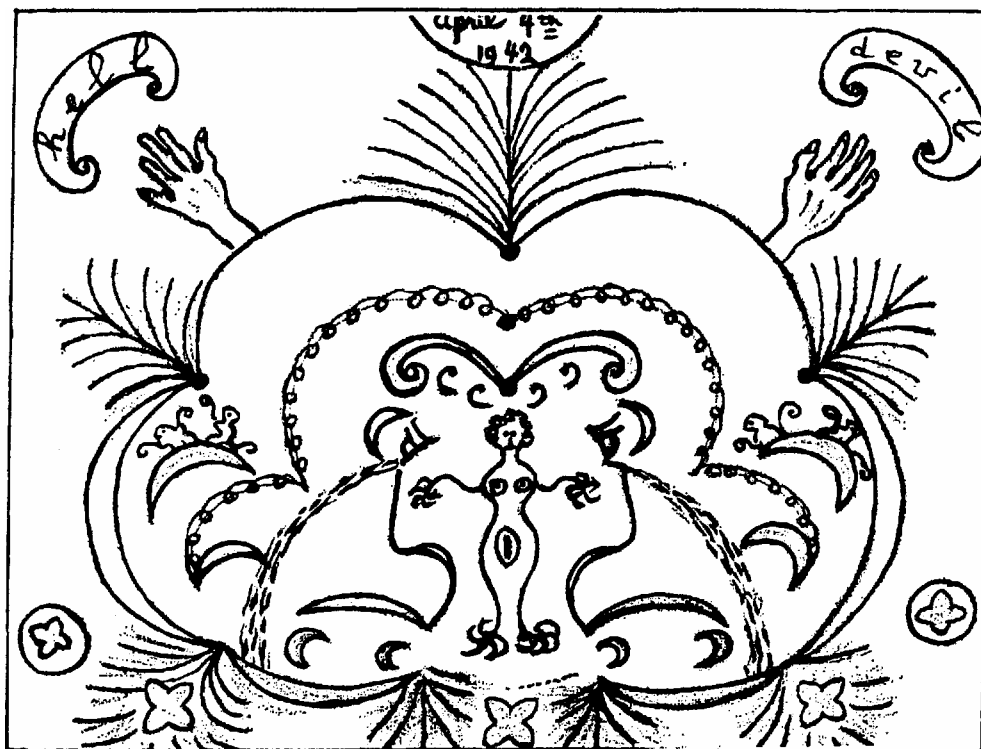


Figura 5

precedente. In alto, le parole « inferno » e « diavolo » illustrano il fatto che Dio ora non è più in grado di reprimere la coscienza del suo lato oscuro. In basso, i fiori a quattro petali sono fiori di Quaternità.

Quest'ultimo disegno della serie non porta una soluzione al conflitto, ma illustra la dolorosa condizione prenatale del simbolo della Quaternità nella testa di Dio e, al tempo stesso, nell'animo della paziente.

L'ampliamento della coscienza divina mostra, su un piano archetipico, l'esigenza della paziente di raggiungere un ampliamento di coscienza a livello personale. Essa proietta nell'immagine archetipica di Dio il suo problema personale di ristabilire equilibrio e armonia nella sua vita umana.

Il fondamento archetipico dell'esperienza dovrebbe

consentire alla paziente di accettare, con atteggiamento che vorrei chiamare religioso, l'esistenza inequivocabile del proprio lato negativo, col quale essa deve venire a spiegazione.

In altre parole, la piena accettazione dei propri limiti umani implica la rinuncia alle pretese e ai desideri egoici in favore della scoperta di un nuovo senso nella vita. Ciò è confermato dal fatto che, molto tempo dopo, la Marjula fece altri disegni, esprimenti la tendenza a stabilire un equilibrio e un'armonia tra i simboli degli aspetti contrastanti della divinità.

A proposito di questa serie di disegni la Hannah osserva che, se è vero che il caso ideale è sempre quello in cui i contenuti inconsci, che si esprimono attraverso i disegni, possono essere compresi e assimilati dalla coscienza, tuttavia, anche quando i disegni non sono compresi e quindi il processo salutare resta al di sotto della soglia della coscienza, il contatto con l'Inconscio Collettivo, prodotto dall'immaginazione attiva, trasforma la psiche del soggetto in senso favorevole.

In un altro saggio (154) la Hannah tratta il problema della relazione della donna con l'« animus ». Essa si è molto occupata di questo problema della psicologia femminile e ha sempre considerato l'immaginazione attiva il mezzo più idoneo per conoscere l'« animus ».

Essa dice che questa tecnica è sgradevole, per cui si trovano sempre buone scuse per evitarvi (155). Ma se si riesce a praticarla correttamente e a scrivere poi subito quanto è avvenuto, dato che il dialogo con l'« animus » tende a sfumare molto rapidamente dalla memoria, essa si rivela di grande utilità.

L'« animus » può far soffrire molto la donna quando interferisce nei suoi rapporti umani: infatti il principio guida della donna e dell'"anima" è l'Eros, che tende a congiungere, mentre quello dell'uomo e dell'"animus" è il Logos, che discrimina e perciò divide. Quindi l'azione dell'« animus » può tendere a una separazione che procura sofferenza.

(154) B. Hannah, "The problem of contact with Animus", *The Guild of pastoral psychology*, 1962.

(155) La Hannah osserva che forse è una fortuna che Quasi tutti abbiamo grandi resistenze a fare la immaginazione attiva, dato che essa non va assolutamente presa alla leggera e può avere effetti imprevedibili. Pochi arrivano a praticarla se non vi sono costretti. (Hannah « The problem of contact with Animus », pag. 23). Questa del resto è stata anche la sua personale esperienza (Hannah, « Some remarks in active imagination », pag. 44).

Ma proprio questa sofferenza deve servire di stimolo a cercare di venire a spiegazione con l'« ani-mus ».

« Quando delle opinioni — che noi abbiamo sempre prese per vangelo — ci separano da qualcuno che è vitale per la nostra vita di sentimento, noi possiamo, per la prima volta, esser disposte a mettere in dubbio la loro validità, dove ne logica, ne argomento avrebbero alcun effetto » (156).

(156) B. Hannah, "The problem of contact with Animus", pag. 20.

Un « animus » che funziona in modo negativo rovina le nostre relazioni, sostituisce opinioni preconcepite agli istinti sani e ai sentimenti autentici, contrasta la nostra vita di donne. Questo dovrebbe portare la donna a guardare dentro di sé e a chiedere all'« animus » perché ha un rapporto così cattivo con lei e si oppone sempre alle sue intenzioni.

L'« animus » ha sempre una doppia faccia, positiva e negativa, e se noi ci scontriamo costantemente col suo aspetto negativo, bisogna dedurre che manca da parte nostra una visione chiara del punto di vista dell'« animus », il che è assai comune nel caso dei rapporti umani.

(157) Jung, " L'io e l'inconscio ", pag. 109.

(158) B. Hannah, "The problem of contact with Animus ", pag. 22.

La tecnica consigliata da Jung, di personificare la « anima » o l'« animus » e rivolgergli delle domande (157), secondo la Hannah resta insuperata perché crea il «territorio di mezzo» (158), dove è possibile l'incontro tra coscienza e inconscio. Questa tecnica è un'arte che richiede lunga pratica. Bisogna imparare a « porre una domanda attivamente e poi restare completamente passivi finché la risposta viene da sé» (159). Dopo un certo periodo di allenamento le risposte diventano tanto lontane dal punto

di vista cosciente, che una delle principali obiezioni all'immaginazione attiva, cioè il supporre che essa possa essere il frutto di un'invenzione conscia, cade da sé.

(159) B. Hannah, ibid., pag. 23 sgg.

Ma le risposte dell'« animus » non vanno prese come vangelo: bisogna invece cercare di scoprire da chi provengono, cioè com'è fatto esattamente il nostro interlocutore, e poi, una volta concluso il dialogo, meditare a lungo su di esso, considerandolo alla stregua di un dialogo con una persona

reale, le cui parole acquistano un senso preciso, senza rischio di fraintendimenti, solo se si tengono presenti le caratteristiche personali e il temperamento di chi le ha proferite.

A questo proposito la Hannah riporta il caso di una donna che una volta, durante una conversazione con l'« animus », con sua grande sorpresa, gli sentì dire: «Tu ed io siamo in una posizione estremamente difficile. Siamo attaccati insieme come gemelli siamesi e tuttavia apparteniamo a realtà completamente diverse. Sai, la tua realtà è altrettanto invisibile e spettrale per me, che la mia per te » (160). La donna dovette riconoscere che prima di allora invece aveva sempre pensato che l'« animus » comprendesse la realtà della vita quotidiana di lei fin troppo chiaramente e che per questo potesse tanto spesso metterla nel sacco.

(160) B. Hannah, ibid., pag. 24.

Quando essa successivamente chiese al suo « animus » perché interferisse sempre nella realtà di lei, nonostante che questa fosse tanto inconsistente per lui, egli rispose: « Se tu lasci qualcosa di non fatto, questo crea un vuoto e io, volente o nolente, sono forzato a intervenire » (161). Come dice Jung, l'interferenza dell'« animus » in una sfera o aspetto della nostra vita quotidiana è di solito dovuta al fatto che quella sfera o quell'aspetto di essa è stato trascurato da noi. Cioè l'interferenza dell'« animus » e la sofferenza che esso ci procura dovrebbero servire a indicarci che proprio a quel problema della nostra vita dobbiamo dedicare tutta la nostra attenzione e considerazione (162).

(161) B. Hannah, ibid., pag. 24.

Bisogna sempre tener presente la questione delle «due realtà»: « l'Animus ha tanto bisogno di informazioni da noi sulla nostra realtà, quanto noi da lui sulla sua » (163).

(162) Jung sottolinea che un caso assai frequente è quello di una manchevolezza della donna nel campo del sentimento. (B. Hannah, ibid., pag. 25).

La considerazione delle due realtà mi pare che sia di fondamentale importanza in ogni tipo di confronto con qualsiasi immagine o figura dell'inconscio:

senza di essa forse non si può arrivare proprio a quella situazione di parità tra lo e inconscio," che secondo Jung è la condizione essenziale di un'immaginazione attiva praticata correttamente.

(163) B. Hannah, ibid., pag. 25.

Il grande merito della Hannah consiste nell'averci presentato, in modo semplice e aderente alla realtà, alcune esemplificazioni cliniche davvero illuminanti dell'impiego dell'immaginazione attiva, che ci permettono di considerarla in certo senso come una esperienza più tangibile, più vicina al nostro mondo di realtà quotidiana, interna ed esterna: attraverso le parole della Hannah, l'immaginazione attiva perde quel carattere di eccezionalità che a volte può trasparire negli scritti di Jung (contro ogni sua intenzione), determinando in noi un interesse in qualche modo astratto, teorico, che prescinde dai nostri vissuti personali, quasi che l'immaginazione attiva fosse più un concetto limite, l'intuizione geniale di una meta ideale e di un'aspirazione individuativa nell'uomo, che una realtà concreta e non estranea alla quotidianità della nostra esistenza. La Hannah ha saputo farci intravedere l'intima connessione della « Auseinandersetzung » coi nostri problemi più urgenti e più familiari e mostrarci concretamente che essa non deve allontanarci dai compiti della vita, ma al contrario aiutarci a far fronte ad essi con una coscienza più ampia (164).

(164) Cfr. R. F. Hobson (Journal of anal. psych., X, 2, 1965, pag. 192), il quale mostra di avere perfettamente inteso la idea junghiana che la prova dell'esperienza (e dell'immaginazione attiva) sta solo nei suoi frutti, cioè nei risultati che la esperienza simbolica produce concretamente nella vita quotidiana e aggiunge che « un uomo è ciò che fa, e solo attraverso il suo comportamento egli può conoscere sé stesso o esser conosciuto da altri. La psicologia è la scienza del comportamento ».

(165) F. G. Wickes, " Von der inneren Welt des Menschen ", Rascher, Zu-rich, 1953, pag. 249.

(166) F. G. Wickes, op. cit, pag. 249.

In questo senso anche la Wickes è del parere che quando ci troviamo in un vicolo cieco o abbiamo sbagliato strada, la via di uscita ci può essere mostrata dall'immaginazione attiva (165).

Attraverso il contatto con le grandi immagini archetipiche il nostro problema personale viene ridimensionato e sdrammatizzato. « Il problema disturbante non cessa di esistere, ma non si pone più tra noi e la vita » (166).

Mentre il sogno ad occhi aperti, la fantasia di adempimento di desideri rappresentano una fuga infantile dalla realtà, l'immaginazione attiva stabilisce il contatto con una realtà più profonda di quella delle pretese e dei desideri egoici.

Quanto alla tecnica dell'immaginazione attiva, la Wickes pone l'accento soprattutto sulla concentrazione dell'attenzione conscia, allo scopo di animare le immagini interiori: l'attività dell'io consiste essenzialmente nel mantenere la concentrazione

sull'immagine, in modo che questa non sparisca di nuovo nell'inconscio, ma l'io possa prolungare finché vuole la sua apparizione.

Quanto alla distinzione tra immaginazione attiva e passiva, sembra che per la Wickes si tratti di una distinzione più relativa all'uso che l'io del soggetto deve fare della fantasia (« la fantasia però è senza valore se non si cerca di capirla e di porla in relazione con la propria situazione di vita» (167), che non alla parte attiva dell'io all'interno della fantasia stessa. Non mi pare il caso di soffermarmi oltre su questo tipo di ampliamento del concetto di immaginazione attiva, dato che Fordham, come abbiamo già visto, ha tanto chiaramente definito i termini della questione (168).

(167) F. G. Wickes, op. cit., pag. 251.

Invece mi sembra utile accennare al caso riportato dalla Wickes di una sua paziente, la cui esperienza di immaginazione attiva è uno splendido esempio — nella linea più fedelmente junghiana — di intervento dell'io col proprio punto di vista, all'interno del dramma; evidentemente tale intervento è stato non tanto il frutto di una tecnica ben determinata, appresa attraverso l'insegnamento dell'analista (169), quanto l'espressione immediata e spontanea di una esigenza del momento: questo conferma l'idea di Jung che l'immaginazione attiva sia qualcosa di naturale e di autenticamente umano, come ad esempio l'opus alchemico.

(168) Vedi pag. 42.

Questa donna, che aveva vissuto esperienze particolarmente penose, a un certo punto si rese conto che, nonostante tutti gli sforzi consci per tirare avanti, inconsciamente desiderava la morte. In seguito trovò la forza di staccarsi dalla morte e di rivolgersi di nuovo alla vita attraverso l'identificazione con la Madre Archetipica, apparsa a lei in una lunga e complicata fantasia, ma in tal modo trascurò completamente le esigenze della propria vita personale di donna, che continuarono a vivere nell'inconscio.

(169) Infatti la Wickes, per la quale la parte attiva dell'io consiste unicamente nella concentrazione sulle immagini inferiori, non rileva affatto la differenza tra questa esperienza di immaginazione attiva autentica della sua paziente, dove è chiaramente riconoscibile l'«Auseinandersetzung» tra l'io e l'inconscio, e tutte le altre fantasie della stessa paziente, che a me sembrano puramente passive.

Così fu l'Ombra ad incarnare questo lato personale trascurato dall'io. Quindi l'Ombra si presentò alla

paziente in una nuova fantasia, nell'aspetto di una contadina con uno scialle scarlatto sulle spalle.

Dopo varie vicende, la contadina andò nella tana di una piccola volpe e la coprì col suo scialle. Questo suonò falso alla paziente — che pure aveva già lasciato accadere nelle sue fantasie, senza mai intervenire, tante cose in apparenza molto più strane e assurde — ed essa volle allora indirizzare consciamente la fantasia e riuscì a costringere la donna a riprendere il suo scialle. Questa si torse le mani in preda ad una disperazione profonda, poi tornò in casa, ma appariva sempre spaventata e senza pace.

La paziente voleva impedire il proseguimento della fantasia, per sfuggire a ciò che essa poteva rivelare, ma la donna dello scialle continuava sempre a riapparire.

Allora la paziente tentò di costringere la donna a bruciare lo scialle nel fuoco, ma quando questa stese la mano verso il fuoco, la mano si trasformò nella mano della Morte. Così la paziente comprese che, se la donna avesse bruciato lo scialle, sarebbe morta; ma per quanto tentasse di ottenere questo risultato, non poté riuscirci. Alla fine dovette riconoscere che probabilmente quella donna ne sapeva più di lei e che era giusto lasciarla fare. Forse la volpe possedeva la saggezza dell'istinto, ma aveva bisogno della protezione dello scialle.

A questo punto la paziente sentì una voce dirle che non doveva uccidere la propria Ombra, ma farsela amica. Allora essa andò dalla donna, le prese la mano, e le disse che le dispiaceva per quello che le aveva fatto, e che in futuro non avrebbe più cercato di costringerla, ma solo di capirla.

(170) F. G. Wickes, op. cit.,
pag.258

La donna all'inizio non le credette affatto e la guardò impaurita, ma poi col tempo trovò il coraggio di andare a riprendere lo scialle e di coprire con esso la volpe. Poi, « come un bambino stanco » (170), si stese accanto alla volpe e dopo poco si addormentarono tutte e due.

L'Ombra dunque rappresentava l'esistenza perso-

nale della paziente, che non poteva ubbidire alla imposizione dell'Io.

La donna ridotta alla disperazione, che tuttavia si sottrae alla volontà di sopraffazione egoica, è una bella raffigurazione del complesso autonomo (in questo caso l'Ombra), che non può mai esser dominato dalla coscienza. La paziente non voleva lasciar vivere la propria Ombra, che incarnava i suoi bisogni personali di vita, per timore di perdere la sicurezza che le veniva dall'identificazione con l'immagine archetipica.

Farsi amica l'Ombra invece significava accettare interamente la propria vita dolorosa di donna, ma questo fu possibile solo quando la paziente, dopo un vero e proprio scontro con l'Ombra, dovette riconoscere che questa ne sapeva più di lei (171) e quindi era giusto prendere in considerazione il suo punto di vista.

Forse questo caso che ho riportato può servire anche ad avvalorare l'ipotesi dello Hobson (172), che ai fini dell'immaginazione attiva sia importante la capacità del soggetto di immaginare visivamente (173).

Egli ritiene che vi sia « un'urgente necessità di uno studio accurato dell'immaginazione attiva, particolarmente delle circostanze e dei tipi di personalità in cui essa è appropriata o quanto meno possibile » (174).

A me pare che uno studio approfondito, sul tipo di quello proposto dallo Hobson, potrebbe forse essere l'unica via per superare quella resistenza allo impiego del metodo dell'immaginazione attiva, che sembra essere caratteristica comune non solo dei pazienti, ma anche di molti analisti.

Ho l'impressione anzi che lo stesso ampliamento del termine di immaginazione attiva, ad indicare qualsiasi tipo di attività immaginativa e di fantasia spontanea, possa, almeno in parte, essere un fenomeno di resistenza contro l'applicazione corretta del « duro lavoro », che è per rio la pietra di paragone dell'autenticità delle sue doti di umiltà e di coraggio, sulle quali tanto spesso siamo portati ad illu-

(171) Cfr. l'antico testo egiziano che contiene il dialogo tra un uomo stanco di vivere e il suo «Ba»: l'uomo difende strenuamente le sue opinioni cosce e cede al « Ba » soltanto quando è realmente convinto che il « Ba » è più saggio di lui. (H. Jacobsohn « Das Gespräch eines Lebensmüden mit seinem Ba », Studien aus dem C. G. Jung - Institut, vol. III, Rascher, Zurich, 1952).

(172) R. F. Hobson, *Journal of anal. psych.* X, 2, 1965, pag. 191.

(173) Lo Hobson suppone che Jung stesso fosse un grande « visualizer»: lo dimostrerebbero una certa sua maniera di produrre immagini e il suo stile letterario «pittorico» (ibid., pag. 191).

(174) Hobson, *ibid.*, pag 191.

derci, senza d'altra parte voler mai rischiare di confrontarle direttamente con la prova dei fatti.

(175) Journal of anal. psych., XI, 2, 1966, pag. 135 sgg.

Le estreme conseguenze di questa tendenza ad allargare il concetto di immaginazione attiva mi sembrano illustrate dal saggio della Davidson, « Transference as a form of active imagination » (175). Essa sembra accettare il metodo junghiano della immaginazione attiva solo in apparenza, perché poi in pratica ne fa un uso che si discosta completamente dall'idea di Jung.

Il saggio della Davidson, se pure risulta illuminante dal punto di vista della definizione di certi aspetti controtransferali, mi pare possa avere lo svantaggio di creare nel lettore dei preconcetti sfavorevoli all'applicazione clinica dell'immaginazione attiva, fornendo una giustificazione razionale alle resistenze contro il suo impiego (176).

(176) D. Davidson, ibid., pag. 136. La Davidson sostiene che vi sono dei motivi « storici », per cui oggi l'immaginazione attiva è usata raramente.

L'autrice ritiene che il transfert possa essere considerato una forma di immaginazione attiva (anzi forse l'unica realizzabile coi pazienti di oggi), in quanto all'interno di esso è vissuto « il dramma, fino ad allora inconscio, di cui il paziente era prigioniero » (177): in questo caso l'analista funziona come il portatore del dramma inconscio, proiettato su di lui dal paziente, e come il sostenitore della funzione integrativa potenziale dell'Io del paziente.

(177) D. Davidson, ibid., pag. 135.

Quando il dramma inconscio del paziente è compreso dall'analista dentro di sé, egli può dare al paziente le risposte di cui questi ha bisogno, risposte che sono evocate dalle esigenze inconsce del paziente e non si curano affatto di soddisfare le sue richieste consapevoli.

Mi pare che qui si cada nell'errore di far equivalere l'immaginazione attiva all'analisi. Ci sarebbe allora da chiedersi che bisogno ci sia di chiamare in causa l'immaginazione attiva per illustrare determinati aspetti dinamici del transfert e del controtransfert.

**CONSIDERAZIONI SULLE POSSIBILITÀ DI IMPIEGO DEL
METODO IN ITALIA**

Dato che fino ad oggi non è stato pubblicato alcun lavoro italiano sull'applicazione del metodo della immaginazione attiva e — a quanto mi risulta — esso non viene usato in terapia (salvo rare eccezioni) dagli analisti junghiani italiani, vorrei esporre qui il caso di un mio paziente, il quale, pur essendo del tutto ignaro di qualsiasi tecnica di « Auseinandersetzung », presentò durante l'analisi alcuni fenomeni di dialogo spontaneo con l'inconscio, che possiedono — a mio avviso — tutti i caratteri dell'immaginazione attiva junghiana.

Le mie considerazioni sul caso di questo paziente e le mie osservazioni su certe caratteristiche psicologiche degli Italiani, in via puramente ipotetica (dato che è ovviamente impossibile trarre delle conclusioni generali e definitive in assenza di un ricco materiale casistico italiano sull'argomento), andranno prese come indicazioni per un eventuale futuro campo di indagine, se, come spero, questo mio lavoro sull'immaginazione attiva" potrà servire a stimolare l'interesse degli analisti italiani nel senso di una verifica della sua validità pratica in terapia: in tal caso è possibile che debbano esser prese in considerazione alcune eventuali precisazioni e delimitazioni relative all'impiego del metodo, quando si tenga conto di aver a che fare con pazienti italiani.

E' pur vero infatti che l'inconscio collettivo ha un fondamento non solo genericamente umano, ma anche specificamente culturale e storico. O, per dir meglio, vi sono archetipi che manifestano i tratti fondamentali di tutta la famiglia umana, ma anche archetipi della razza bianca, degli Europei, fino a quelli tipici di un popolo. Come nelle genealogie divine, vi sono archetipi « figli », « nipoti », ecc. della

- « famiglia primordiale », con loro caratteristiche e varianti tipiche, di cui bisogna tener conto quando si osserva la modalità di rapporto con l'inconscio che è congeniale a un individuo appartenente a un determinato popolo (178).
- (178) Cfr. J. Jacobi, "Complexe, archétype, symbole", Delachaux et Niestlé, Neuchatel, 1961, pag. 51.
- Molto più evidenti sono ovviamente le differenze nel campo del conscio collettivo, in popoli e civiltà diverse. Quindi non è impensabile che, unicamente sulla base dell'esperienza e del materiale casistico di popoli nordici, risulti difficile e — per così dire — innaturale all'analista italiano l'applicazione pratica dell'immaginazione attiva. Piuttosto l'immaginazione attiva potrebbe attrarre l'attenzione dell'analista junghiano italiano perché gli apre un campo di ricerca stimolante per i suoi interessi scientifici di studioso — a prescindere dalla considerazione che essa trovi un'applicazione pratica in terapia.
- Ma — come spero sia risultato chiaro da quanto ho già detto nei capitoli precedenti — non è questo lo scopo dell'immaginazione attiva introdotta da Jung e proseguita nella prassi terapeutica dai suoi allievi, che arrivarono a sperimentarne il grande valore nei casi in cui l'analisi non era in grado di risolvere le difficoltà del paziente. Basti ricordare come Jung, quando scoprì empiricamente l'immaginazione attiva, attraverso la propria esperienza personale di confronto con l'inconscio (179), non poté limitarsi ad imparare come trattare attivamente con le sue immagini interiori:
- (179) « Ricordi, sogni ... », cap. VI.
- (180) B. Hannah, *ibid.*, 1967.
- (181) Cfr. pag. 313.
- infatti il sentimento di disorientamento, che egli provava in quegli anni, poté risolversi soltanto quando egli arrivò a compiere il passo decisivo, cioè a trovare « piace and purpose » dell'immaginazione attiva nella propria vita attuale esterna (180). Chi giunge a un tale confronto col proprio inconscio non deve mai dimenticare di trame le conclusioni riguardo alla realtà della sua esistenza nel mondo (181). Converrà ora riferire il caso del mio paziente, che

mi sembra possa fornire alcune indicazioni circa la possibilità dell'uso dell'immaginazione attiva nella prassi terapeutica italiana.

Ho scelto questo caso perché — fra tutti quelli che ho potuto osservare — mi è parso il più esemplare e il più illuminante, sia dal punto di vista dell'autenticità dell'"Auseinandersetzung" con l'inconscio, che da quello della possibilità di delineare alcune ipotesi di lavoro circa l'applicazione del metodo dell'immaginazione attiva in Italia.

Il mio paziente aveva un problema di madre particolarmente grave, che gli rese per molto tempo estremamente difficile, per non dire impossibile, qualsiasi relazione erotica con una donna e qualsiasi presa di contatto con l'« anima ». Egli soffrse di impotenza funzionale fino all'età matura, quando — a seguito di un'analisi particolarmente approfondita, che manifestò i caratteri autentici del processo di individuazione — giunse per la prima volta ad innamorarsi di una donna, che ricambiava il suo sentimento. Attraverso la relazione con questa donna egli arrivò a riacquistare la piena potenza sessuale, senza peraltro aver ancora risolto i suoi gravi problemi psicologici di sentimento, che possono essere sintetizzati nella paura di legarsi alla donna che amava e di vivere insieme con lei.

Poco prima della risoluzione del suo problema fisico egli sognò che io ero morta, senza tuttavia preoccuparsene troppo. Questo era in netto contrasto con l'idea ossessiva di un tempo, che l'analista potesse morire improvvisamente, privandolo così del suo appoggio: di fronte a questa eventualità egli si era sempre sentito pieno di angoscia e privo di qualsiasi risorsa personale.

Il vincolo del transfert era tanto forte in questo paziente, che la sua risoluzione veniva prospettata nel sogno come morte liberatoria: nella morte dell'analista era espressa la morte del vincolo transferale.

Così la libido, che era rimasta vincolata nell'enorme legame del paziente alla madre — legame che era stato rivissuto ed elaborato nel transfert —

(182) Qui e altrove il paz. chiama « sogno » la sua esperienza di immaginazione attiva, sorta dall'interesse di conoscere gli sviluppi di un sogno rimasto senza lisi, perché egli non ha mai sentite parlare di immaginazione attiva e quindi la descrizione che può darmi della sua esperienza è necessariamente inesatta dal punto di vista della terminologia. Ma ciò non toglie che il suo « aver continuato il sogno da sveglio » corrisponda perfettamente all'immaginazione attiva descritta da Jung. Il processo si è avviato mentre egli era sveglio, sulla base di un suo intenso interesse di tipo interrogativo.

(183) Mirella è la donna amata dal paz.

(184) Questa espressione usata dal paz. mi pare debba alludere al mantenimento di quel particolare stato di abbassamento di livello mentale (ottenuto attraverso una con-centrazione molto forte sull'immagine inferiore), senza il quale l'immaginazione attiva non può prodursi.

(185) Qui il paz. si riferisce a un sogno della stessa notte, nel quale il fiordo rappresentava un ostacolo da superare, 'di fronte al quale egli era rimasto irresoluto e incapace di passare all'azione.

(186) Il paz. qui vuoi dire che egli è soltanto un uomo, con le forze e le

avrebbe potuto rendersi libera, a disposizione dello lo, per essere rivolta ad altri oggetti. lo interpretai quindi il sogno come un primo indizio della possibilità che il paziente arrivasse ad una sua autonomia e che l'analisi giungesse ad una conclusione.

Circa un mese e mezzo dopo questo sogno e pochi giorni dopo il primo rapporto sessuale completo, egli mi portò un «sogno» (182), che «era riuscito a continuare ». Cioè gli era accaduto di svegliarsi dopo aver sognato che la sua ragazza cominciava a correre, allontanandosi da lui. Egli, appena desto, aveva sentito che quel dramma interiore, di cui aveva visto l'inizio nel sogno, era molto importante e « simbolico », e doveva compiersi. Mi disse che in quel momento aveva pensato: « Probabilmente se il sogno arriva alla fine, lo sviluppo psicologico, che sto cercando con l'analisi, sarà raggiunto ». Egli dovette fare una grossa fatica per concentrarsi sull'immagine del sogno e vederne gli sviluppi successivi, ma alla fine vi riuscì. Cito testualmente le parole con le quali il paziente mi descrisse questa esperienza, di cui egli aveva vissuto fortemente il carattere di eccezionalità:

« Mirella (183) comincia a correre velocissima, è un'immagine di sogno, ma io devo sapere non svegliarmi (184) e seguire il sogno.

Penso che Mirella corre al mare: se giungerò con lei al fiordo di prima (185), sarò guarito. Corre a velocità incredibile, ma io devo seguirla con le mie sole forze fisiche reali (186), ed è uno sforzo tremendo: ansimo e grido per il dolore, che mi procura il respiro affannoso.

Corriamo per strade deserte, fra le case; poi quella che sembrava una breve strada fra due incroci sembra ripetersi o allungarsi una, due, tre volte o più.

Io corro con volontà feroce malgrado il dolore, Mirella corre lungo una ferrovia, arriva alla stazione, entra, salta su un treno fermo. La seguo su una vecchia vettura con le panchine di legno lungo le pareti. C'è, seduto, un uomo anziano con uno

strano sguardo fisso, una faccia lucida con uno sguardo opaco.

Mirella si siede sul sedile; io, esausto, mi lascio andare sul sedile vicino a lei e le appoggio la testa sul grembo ».

Mi pare evidente che in questo caso l'intervento attivo dell'Io nel dramma inferiore deriva proprio dal valore e dalla considerazione che il soggetto attribuisce all'immagine prodotta dall'inconscio: essa è di importanza vitale per lui, significa la sua guarigione, e l'Io si impegna con tutte le sue forze, crede profondamente in quello che sta facendo, come se si trattasse di un'analoga situazione reale, soffre ma resiste e, sfruttando senza residuo tutte le sue energie, alla fine riesce a raggiungere l'« anima », che l'aveva sfidato a prenderla: quasi che il raccogliere la sfida dell'« anima » rappresentasse la via necessaria, forse l'unica, attraverso la quale l'Io poteva dimostrare concretamente all'« anima » la propria attuale disposizione a trattarla alla pari ed a venire a spiegazione con essa, dopo tanti anni in cui l'Io, rigidamente difeso e chiuso nei suoi schemi razionali, l'aveva trascurata e lasciata in abbandono.

Il vecchio saggio, con lo sguardo fisso e opaco, che non vede al di fuori, tipico della meditazione, è un'immagine del Selbst, che appare nel momento in cui l'Io e l'« anima » finalmente si incontrano.

Meno di un mese dopo, questo paziente mi portò un'altra esperienza di immaginazione attiva, in forma di dialogo, tra lui, un amico e il Papa Paolo VI (187).

Nel dialogo l'amico ha il coraggio di dire al paziente che non ha motivo di non sposarsi subito, dato che lui non è certo il tipo che fa all'amore con una donna tanto per fare: « Se siete a questo punto, suppongo, conoscendoti, che qualcosa di molto solido si sia stabilito tra voi ».

Il paziente risponde col solito atteggiamento egoico irresoluto e tendente a fuggire di fronte alla deci-

possibilità fisiche umane, mentre Mirella è un'immagine di sogno, dotata di velocità soprannaturale.

(187) La scelta dei personaggi del dialogo deriva da un sogno, nel quale essi rappresentavano aspetti importanti della personalità del paz.: il Papa rappresentava il suo problema religioso e la sua esigenza di risolverlo in senso individuale, l'amico era invece la sua potenziale capacità di divenire maturo e responsabile, e di sentirsi in

grado di affrontare i rischi della vita per viverla fino in fondo in modo individuale. In questo caso ero stata io a suggerire al paz. di tentare di intrecciare una conversazione con l'amico e con il Papa, senza peraltro dargli nessuna spiegazione sul metodo dell'immaginazione attiva.

sione impegnativa: « Sì, è vero, ma adesso non ho voglia di studiare il problema... ».

Però in seguito l'lo osa dare libero sfogo alla sua esasperazione contro la Chiesa cattolica, dalla quale si sente ancora dipendente in un modo che il paziente stesso definisce « rozzo e infantile » (in quanto non si è ancora completamente differenziato dal mondo dei genitori), ma alla quale attribuisce la responsabilità di tutte le sue sofferenze e frustrazioni in campo sessuale. L'esasperazione alla fine diventa ironia amara: « Insomma, adesso si parla di pillole, pochi anni fa si parlava della famiglia numerosa come di quella benedetta dal Signore. Tutto si va riformando...

...Forse si arriverà davvero a scindere i concetti di sesso e di morale. Ma io intanto avrei avuto tutto il tempo di trascinare una vita da disgraziato: mi piacerebbe conoscere il parere di Paolo VI sui miei mediocri casi personali ».

Paolo VI all'inizio parla da perfetto rappresentante dell'ortodossia cattolica, giudicando peccaminosa la relazione erotica del paziente: questo corrisponde perfettamente a quanto il paziente mi spiegò poi in seduta, cioè che inizialmente era piuttosto scettico riguardo all'utilità di intrecciare un dialogo col Papa, dal momento che il Papa non avrebbe potuto che rispecchiare il punto di vista cattolico, senza dire nulla di nuovo.

Ma dopo le prime parole di Paolo VI, il paziente, che è preso nel conflitto tra l'esasperazione di poco prima e la reverenza che prova ora, nonostante tutto, per la suprema autorità religiosa, non riesce a rispondere e lascia parlare a suo nome l'amico, il quale lo difende con coraggio, stando faccia a faccia col Papa in un dialogo da uomo a uomo.

Questo atteggiamento dell'amico opera una trasformazione nel Papa, il quale ora è proprio lui a dire la parola nuova: non tanto nuova nel senso che fosse completamente ignota alla coscienza, ma nuova per il fatto che proviene proprio da quella suprema autorità religiosa, che fin qui aveva sempre rappresentato per il paziente un ostacolo, dal

punto di vista della morale collettiva cattolica, alla integrazione di un atteggiamento di religiosità più individuale verso se stesso e verso la vita, di cui tante volte avevano parlato i suoi sogni. Il Papa ora dice infatti: « Ma il peccato del tuo amico, e in questo il giudizio del prete coincide con la diagnosi dell'analista, è stato di aver poca fiducia in Dio ».

A questo punto è il paziente a rispondere: egli reagisce alle parole del Papa con un atteggiamento che risente del problema contenuto nella « Risposta a Giobbe » di Jung. Non può ancora accettare « il male di Dio », ma già comincia a intuire che da questa accettazione potrà dipendere il coraggio verso la nuova vita e la revisione di tutto il suo passato.

Paolo VI pone allora solo una domanda: « E la vita religiosa? », restando poi in silenzio, con le braccia aperte, in segno di rispetto per il dolore del paziente e di ossequio alla volontà di Dio. Così, lasciando aperto il problema religioso, il dialogo si chiude, perché nessuno trova più nulla da aggiungere.

Il Papa, che è divenuto, alla fine del dialogo, una specie di vecchio saggio disponibile e accettante, dopo aver additato con la sua domanda la via del Selbst, « esce, quasi sparisce », come se considerasse ormai « chiuso il suo ruolo ». Il paziente e l'amico restano pensosi in silenzio. Dopo questa esperienza inferiore, che l'aveva impegnato molto, il paziente si sentì bene, come se avesse finalmente dato fondo alle questioni che lo tormentavano, sulle quali ora davvero non c'era più niente da dire.

Il caso di questo paziente mi è parso esemplare dal punto di vista della naturalità del fenomeno dell'« Auseinandersetzung », come manifestazione di un bisogno spontaneo di instaurare il dialogo tra l'io e l'inconscio in una situazione particolarmente critica di tensione tra contenuti consci ed inconsci. Soprattutto la Hannah (188) ha messo in luce come l'immaginazione attiva corrisponda a un naturale

(188) Cfr. Cap. I, passim.

bisogno dell'uomo di venire a spiegazione con l'inconscio e come i precedenti storici dell'« Auseinandersetzung » possano essere moltiplicati all'infinito.

Mi pare che — se vogliamo tentare di accedere alla possibilità di impiego della tecnica dell'immaginazione attiva in Italia con atteggiamento onestamente fenomenologico — sia indispensabile richiamarci alla naturalità specificamente umana di questo fenomeno, di cui si possono trovare tracce più o meno evidenti in tutta la storia dell'umanità.

Nel caso del mio paziente ho osservato che il processo si è sempre avviato (189) avendo come punto di partenza un sogno senza lisi o un'immagine onirica, il cui contenuto energetico particolarmente alto sembrava non essersi esaurito completamente nella vicenda del sogno (190): si aveva l'impressione che quell'immagine, cioè quel personaggio, non avesse detto tutto quello che aveva da dire.

(189) Oltre alle due esperienze di immaginazione attiva di cui ho riferito, questo paziente ne ebbe diverse altre.

(190) Cfr. Marie-Luise Von Franz, « Die aktive Imagination in der Psychologie C. G. Jungs », in « Meditation in Religion und Psychotherapie », Stuttgart, pag. 145-6: « Si comincia a fare l'immaginazione attiva con ... una situazione onirica relativamente non finita e che ha ancora efficacia ».

(191) Jung, " Ricordi, sogni... " 1965, pag. 213 sgg.

(192) Anna Marjula, op. cit.

(193) F. Wickes, op. cit. pag. 251 sgg.

Forse si potrebbe avanzare l'ipotesi che l'immagine onirica costituisca un punto di partenza per l'immaginazione attiva in certo senso più accessibile agli Italiani, perché ha una sua forma precisa e una sua parvenza di realtà, che ci consentono di vivere l'« Auseinandersetzung » come un fenomeno forse meno appariscente e — per così dire — più « normale », più nell'ordine delle cose naturali, di quelli che conosciamo attraverso gli scritti di Jung e dei suoi allievi. Non penso, ad esempio, che si potrebbe chiedere a un Italiano di stabilire un diretto colloquio con l'« anima » o con la Grande Madre, come facevano Jung con l'« anima » (191) e la Marjula con l'« animus » e con la Grande Madre (192). Nel caso del mio paziente, l'« anima » che corre velocemente ha assunto la forma della donna amata, ed è proprio per questo che egli, sentendola così viva e corporea, le attribuisce un'importanza vitale per lui.

Invece, se pensiamo a quei colloqui con l'« altra parte » di Jung e della Marjula, oppure alle fantasie complicatissime della paziente della Wickes (193), fitte di vicende assurde e di particolari minuziosi

e inverosimili, proviamo una certa penosità, come una difficoltà di contatto con quella « maniera », per l'impressione che da di troppo fermentato, che può perfino, in qualche momento, apparire artificiale, che contrasta comunque con la nostra esigenza di chiarezza, di sapere con che cosa abbiamo a che fare. Come sarebbe pensabile per noi attuare la « Auseinandersetzung » attraverso l'opulenza delle fantasie nordiche, nelle quali alcune persone addirittura — per usare la felice espressione della Hannah — si trovano a loro agio come un'oca nell'acqua (194)? Questo tipo di fantasie spontanee, per lo più passive, dei nordici, alle quali essi si abbandonano naturalmente, possono, in casi particolari, stimolare e riuscire a produrre un intervento dell'Io, così che — in quel momento — l'immaginazione da passiva diventa attiva in modo spontaneo, senza che il soggetto abbia pensato ad atteggiare il proprio Io secondo una tecnica particolare (195).

(194) B. Hannah, " Some remarks on active imagination ", Spring 1953, pag. 46.

Sarebbe troppo facile e semplicistico parlare dell'estroversione italiana e del senso della realtà, del concreto, presente negli Italiani, che si riallaccia al mondo romano. Ma forse si dovrebbe non perdere di vista quello che è il tipo di rapporto dell'Italiano col mondo della natura, della realtà degli oggetti.

(195) Un bell'esempio di questo fenomeno ce lo offre appunto la paz. della Wickes già ricordata. (Vedi pag. 360 sgg.).

Se, per esempio, un Italiano arriva a prendere in seria considerazione la propria realtà interiore, essa avrà per lui dei caratteri più corposi, più plastici, più vicini alla concretezza del mondo delle cose, di quanto non accada al nordico, naturalmente dotato per tuffarsi nelle fantasie e per seguire il corso delle immagini inferiori.

Si è sempre detto che l'Italia è la terra del sole, in contrapposizione con le nebbie dei paesi nordici.

Il sole è chiarezza, fascino del concreto e del visibile in piena luce, lucidità della coscienza, in cui la solitudine con sé stessi si esprime quasi sempre come contatto con la natura, o nasce come senso religioso del creato; la nebbia è il vago,

(196) Odissea IV, w. 330
sgg.

(197) B. Hannah, ibid.. 1953,
pag. 57.

(198) Se, per esempio, confrontiamo il serpente di dimensioni più o meno reali dell'Apollo Pizio con il mostruoso serpente germanico di Midgard, che cingeva nelle sue spire tutta la terra, avvertiamo la fondamentale differenza di questi due mondi, che si estende a tutte le cose in essi contenute.

l'impreciso dai contorni sfumati, il silenzio e il raccoglimento accanto al fuoco di un camino, la fumosità fascinosa dell'indefinito e dell'indefinibile. L'esempio classico dell'incontro di Menelao col dio del mare Proteo (196) può servire a dare un'idea della definitezza e della plasticità delle immagini nei popoli mediterranei. Giustamente la Hannah (197) ravvisa in questo passo dell'Odissea un esempio di immaginazione attiva.

Menelao, per avere notizie da Proteo sulla via del ritorno, deve afferrarlo di sorpresa e tenerlo saldamente, mentre il dio, nel tentativo di sfuggirgli, assume l'aspetto di vari animali spaventosi, poi di acqua che scivola via, ecc. Alla fine il vecchio si stanca, riassume il suo aspetto normale e accetta di ascoltare Menelao.

La rappresentazione omerica dell'immagine inferiore con cui si vuoi dialogare, così nitida, e corporea al punto che deve essere letteralmente tenuta stretta con le mani, può dirci qualcosa sulla modalità di un temperamento, che vorrei chiamare solare.

Del resto le divinità olimpiche e latine si distinguono da quelle nordiche per il maggiore antropomorfismo, col quale è in stretto rapporto il modo greco e latino di concepire il dio come partecipe della vita e delle passioni umane.

Questa presenza degli dei tra gli uomini (quasi parti di una stessa realtà), che è propria della civiltà greca e romana, ci parla di un mondo spirituale e fantastico molto diverso da quello delle figure liberamente immaginose e a volte smisurate, che sono tipiche in civiltà meno in diretto rapporto con la realtà esterna, come quelle nordiche (198).

Gli esempi di immaginazione attiva che seguono, desunti dalla poesia, dalla mistica e dall'arte italiana (199), dovrebbero servire a lumeggiare la natura e i caratteri che la « Auseinandersetzung » può assumere nel temperamento italiano e fornire intanto un certo contributo di puntualizzazioni e di riferimenti, tanto più che siamo ancora in attesa di'

una casistica adeguatamente ampia, fornita da pazienti italiani.

Il « Dialogo fra un vivo e un morto » di Jacopone da Todi sviluppa un motivo tradizionale e molto in voga nel Medio Evo: evidentemente questo tipo di colloquio tra l'io superbo e vano, preoccupato esclusivamente dei propri interessi materiali e meschini (« il vivo ») da una parte, e la voce dell'inconscio, che presenta il problema della morte come rivelazione di valori spirituali e come monito ad un ampliamento della coscienza (« il morto ») dall'altra, era l'espressione di un'esigenza generalmente sentita e del tutto naturale e spontanea a quel tempo.

Il vivo chiede al morto dove sono i begli abiti, dove la chioma bionda, gli occhi limpidi, il naso, la lingua tagliente, e così via, e il morto ogni volta risponde che ha perduto ognuna di queste cose, delle quali in vita menava gran vanto. In qualche punto della poesia si può cogliere l'elemento rivelatorio da parte dell'inconscio, sempre in conseguenza di un intervento diretto dell'io:

(199) Gli esempi che riporto qui non pretendono di essere i più significativi o i più caratteristici, dal momento che non potevo neppure tentare di fare una ricerca sistematica in un campo così vasto.

Vivo:

« Or chiude le labra par,
chi tè vede paura me
mitte caionte i denti

pro i denti coprire:
che 'l vogli schirnire;
pur del vedire:
senza trattura. »

Morto:

« Co chiudo le labra,
che unqua no l'aio? »

Vivo:

« Or chiama i parente che tè venga adiutare... »

Morto:

« No i posso chiamare, ché so encamato... (200) »

(200) Arrochito.

Quando il vivo esorta, quasi sfida il morto a far qualcosa che sarebbe normale per un uomo vivente, cioè qualcosa che appartiene alla realtà egoica, il morto gli rivela un aspetto nuovo, che fino ad allora non era presente alla coscienza. Direi quindi che qui l'immaginazione attiva, pur essendo autentica, è italianamente legata ad aspetti di vita concreta, e perfino generalizzata su un piano collettivo come monito morale.

Nei Fioretti di S. Francesco il colloquio con Dio è sempre presente e non di rado assume i caratteri di un'immaginazione attiva spontanea, dovuta all'atteggiamento di disposizione attiva dell'Io, la cui umiltà lo rende disponibile alla rivelazione dell'inconscio e il cui coraggio gli permette di reggere il confronto con esso, in modo che ne risulti una trasformazione, e non un annientamento.

Una volta S. Francesco andò da frate Bernardo per parlare con lui, ma lo chiamò più volte senza che quello mostrasse di averlo udito. S. Francesco, stupito e addolorato di non aver ricevuto risposta, pregò Dio che gliene rivelasse la ragione.

« E stando così, gli venne una voce da Dio che disse così: — O povero omicciuolo, di che se' tu turbato? debbe l'uomo lasciare Iddio per la creatura? Frate Bernardo, quando tu 'l chiamavi, era congiunto meco e però non poteva venire a te né risponderti. —» (201).

(201) «I fioretti di San Francesco», Sampietro Editore, pag. 30.

Un'altra volta frate Masseo, che da tempo desiderava ardentemente la virtù dell'umiltà e pregava Dio di fargliene grazia, sentì la voce di Cristo che lo chiamava.

« E Cristo disse a lui: — Che vuo' tu dare per avere questa grazia che tu mi domandi? — Rispuose frate Masseo: — Signor mio, voglio dare gli occhi del capo mio. — E Cristo disse a lui: — E io voglio che tu abbi la grazia, e anche gli occhi. — E detto questo, la voce disparve » (202).

(202) Op. cit., pag. 92.

Rinunciare alla vista significa rinunciare alla luce della coscienza, sacrificare volontariamente il primato assoluto e incondizionato dell'Io, in favore

di quell'abbassamento di livello mentale che è appunto caratteristico dell'immaginazione attiva.

Un altro esempio di immaginazione attiva, ancora di ispirazione francescana, ce lo offre il « Paolo Uccello» del Pascoli (203).

Paolo Uccello è il pittore povero che dipinge quello che vorrebbe possedere e non può comprarsi. Ma, dopo aver dipinto un bei paesaggio di campi e alberi, desidera un uccellino vero, « che ci sia, non che ci paia ».

Allora S. Francesco appare a Paolo Uccello nel paesaggio da lui dipinto e gli mostra come quello che egli desidera sia poco per lui, ma tanto per l'uccellino, costretto a perdere la sua libertà:

« E' poco a te quel che desii, ma tanto per
l'uccellino che tu vuoi prigioniero perché gioia a te
faccia del suo pianto! »

Poi, lasciandolo rappacificato « dopo il breve cruccio », il Santo gli dice « una grande parola », che psicologicamente rappresenta la rivelazione all'lo da parte dell'inconscio:

« Sei come uccello ch'uomini crudeli hanno
accecato, o dolce frate uccello! E cerchi il sole, e
ne son pieni i cieli, e cerchi un chicco, e pieno è
l'alberello. »

Direi che qui si può vedere un caso di immaginazione attiva veramente italiana: proprio dal profondo senso della natura, da quegli alberi, da quei fiori, da quegli uccelli dipinti con tanto amore, nasce il rapporto e il dialogo con l'inconscio. E le cose dipinte e il dialogo col Santo possiedono tanta concretezza e tanta naturale verità, che in certi punti si resta un attimo in dubbio se quello che stiamo leggendo appartenga alla realtà o alla fantasia del pittore.

Per quanto riguarda l'immaginazione attiva attuata

(203) G. Pascoli, «Poemi
Italice».

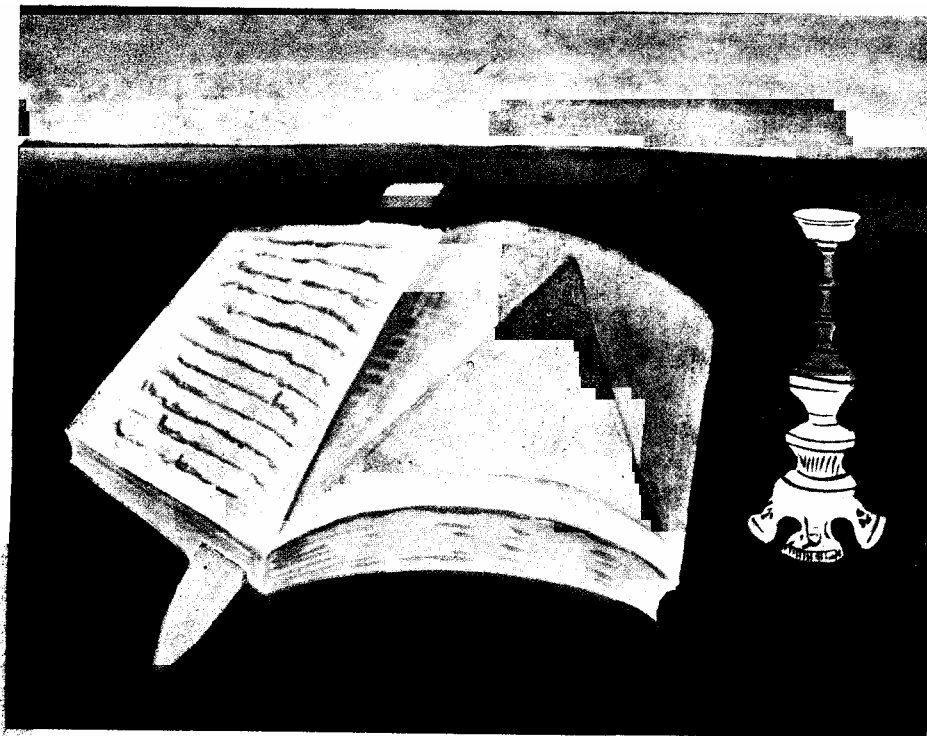


Fig. 6

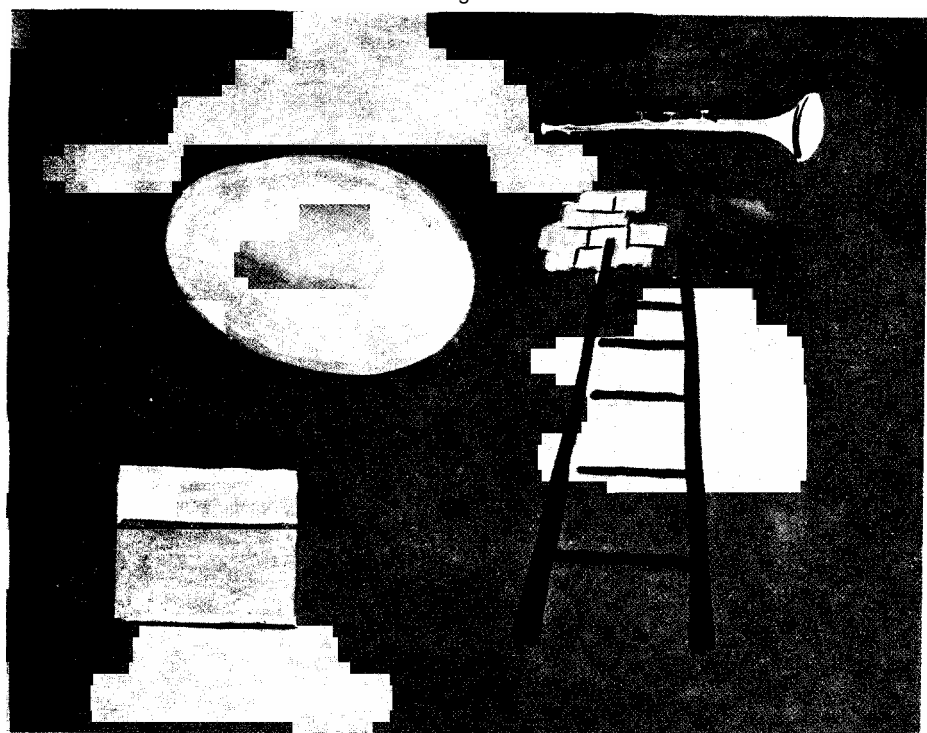


Fig. 7

attraverso il disegno, la pittura o la scultura, tra i nostri artisti non mancano casi di quella che potremmo chiamare la fase iniziale, o lo stadio preliminare della « Auseinandersetzung », consistente nella concentrazione e nell'evocazione dell'immagine interiore. Questa anzi sembra essere un'esperienza non eccezionale, forse anche in certa misura nota, dato che in Leonardo la troviamo generalizzata come « modo d'aumentare e destare l'ingegno a varie invenzioni » (204). A volte poi, durante la creazione artistica, si attua un vero e proprio dialogo con l'immagine interiore, che ha tutte le caratteristiche dell'immaginazione attiva (205).

(204) Leonardo, " Trattato della pittura ", ediz. a cura di A. Borzelli, Voi. I, pag. 58.

(205) Cfr. Fordham, *ibid.*, Journal of anal. psych, XII, 1, 1967. Ho già citato le parole del Fordham a pag. 335, n. 95.

Leonardo consiglia di guardare i muri imbrattati di macchie, o i marmi pieni di venature, o la cenere, o le nuvole, perché vi si potranno vedere paesaggi, animali, « figure strane », « cose mostruose », diavoli, ecc. e precisa che « nelle cose confuse l'ingegno si desta a nuove invenzioni ». Eppure all'artista non mancavano certo i modelli reali per comporre i suoi quadri: avrebbe potuto trovare nella realtà paesaggi, animali e figure umane finché voleva. Ma qui Leonardo sembra dare un valore particolare alla potenza evocatrice delle « cose confuse », cioè di quelle cose che meglio si prestano a ricevere la proiezione dei contenuti inconsci.

Anche Piero di Cosimo si fermava a contemplare un muro coperto di sputi o le nuvole in ciclo, e « ne cavava le battaglie de' cavalli e le più fanta-stiche città e i più gran paesi che si vedesse mai » (206).

(206) G. Vasari, "Vita di Piero di Cosimo", Salani, 111, pag. 440.

Del Rosso Fiorentino dice il Vasari che aveva « costume nelle sue bozze a olio di fare certe arie crudeli e disperate e nel finirle poi addolciva l'aria e riducevala al buono » (207).

(207) G. Vasari, " Vita del Rosso ", IV, pag. 375.

Si potrebbe forse avanzare l'ipotesi che in questo caso il confronto iniziale con l'Ombra avviasse verso la sintesi che si attuava nell'opera definitiva. Oppure il pittore, che nella bozza a olio si lasciava andare ai contenuti inconsci e ne ascoltava la voce, doveva poi correggere e rendere accettabili le

sue figure di santi, secondo il gusto e la morale correnti?

Michelangelo in un sonetto (208) paragona la statua, contenuta potenzialmente nel blocco di marmo — in attesa che lo scultore la porti alla luce — alle qualità che dormono nella natura umana e attendono di essere rivelate. C'è da sospettare che il paragone non sia gratuito, ma si spieghi come percezione intuitiva del nesso tra l'opera d'arte e il processo psicologico; forse non siamo lontani da quello che accadeva agli alchimisti. E la furia con cui Michelangelo aggrediva il marmo — secondo la testimonianza di un contemporaneo (209) — fa pensare a un'esperienza fortemente emotiva e drammatica, in cui il dialogo con l'immagine inferiore, proiettata sulla materia, diventa scontro violento. Se nel Rinascimento la scultura era concepita come l'arte del «levare» (210), che togliendo dal marmo il superfluo liberava la figura che vi era nascosta, evidentemente per l'artista l'immagine esisteva ed era viva prima della creazione. Marsilio Ficino dice che, se Dio ha fatto l'uomo a sua immagine, la statua di Dio è certamente nell'uomo, sebbene nascosta (211).

Per concludere vorrei ricordare un pittore moderno che conosco da molti anni, Emanuele Cavalli, dal quale ho appreso alcuni particolari, tratti dall'esperienza sua personale e da quella di altri artisti, sui processi inferiori che preparano e accompagnano la creazione dell'opera. Il Cavalli mi ha parlato di una sua « meditazione sull'oggetto » da dipingere, accompagnata da forte emozione, che si prolunga fino al momento in cui « nasce l'immagine interiore ». La nascita di questa immagine può provocare in lui un sentimento di paura.

Poi segue un dialogo tra l'immagine inferiore da un lato, e la tecnica che il Cavalli possiede e le cognizioni che egli ha dell'oggetto da dipingere, dall'altro, finché, improvvisamente, si crea una sintesi, e un certo colore o una certa forma « diventano quel cielo o quella figura », cioè « attraverso i mezzi meccanici dettati dall'incon-

(208) « Non ha l'ottimo artista alcun concetto... », Michelangelo Buonarroti, « Lettere e rime » a cura di G. Vitaletti, Torino, 1925, pag. 262.

(209) B. de Vigenère, " Les images ou tableaux de plattes peintures de deux Philostrates sophistes grecs et les statues de Callistrate ", Parigi, 1615, pag. 855: « ... y allait d'une telle impetuosité et furie, que je pensois que tout l'ouvrage deust aller en piéces... » (In: "Giorgio Vasari, La vita di Michelangelo...", a cura di P. Barocchi, Milano, 1962, voi. II, pag. 232).

(210) Leon Battista Alberti, " Della Statua ", trad. di C. Bartoli (secondo l'ediz. Giusti-Ferrano, Milano, 1804), pag. 108.

(211) Marsilio Ficino, " Commento a Dionigi l'Areopagita ", Op. omnia, voi. II, Basilea, 1576, pag. 1020: « Si fecit Deus ho-minem ad imaginem suam, certe est in homine statua Dei, quamvis additamentis abscondita ». Cfr. Jung, " Psicologia e Alchimia", pag. 515: « ... l'opus alchemico è la fatica che l'uomo redentore fa per amore dell'anima universale divina che dorme nella materia e che aspetta la liberazione ».

(212) Qui il Cavalli sembra voler dire che l'inconscio ispira e guida la mano che dipinge, nella scelta e nell'uso dei mezzi tecnici.

(213) Cfr. M. L. Von Franz, "Die aktive Imagination in der Psychologie C. G. Jungs", ibid., pag. 146 sg. Secondo la Von Franz vi è una stretta analogia tra la via che conduce alla esperienza del « Satori » nello Zen e l'immaginazione attiva junghiana.

(214) Cfr. pag. 311.

scio (212) trova espressione qualcosa di inferiore che è vivo ».

Per imparare a tirar fuori, a evocare le fantasie è necessario un allenamento: alcuni artisti hanno un loro particolare rituale e seguono delle pratiche a volte strane, come stare a digiuno, rinchiodarsi in solitudine ecc. In certi casi gli artisti sembrano superstiziosi nel loro timore di infrangere una regola. Ma acutamente — mi pare — il Cavalli li avvicina ai Buddisti, che, ad esempio, non dormono sul fianco sinistro per non comprimere il cuore e facilitare così quello stato di benessere in cui può manifestarsi la visione del Budda.

Lo scultore Arturo Martini dice che « l'arte è frutto della noia » e il Cavalli aggiunge che « bisogna annoiarsi in modo sacro»: mi pare evidente il parallelismo con il « fare il vuoto », o « partire dal vuoto », insegnato dallo Zen, che serve a consentire un libero manifestarsi dei contenuti inconsci (213).

Alcuni artisti dicono che la visione (o l'immagine), che a un tratto si manifesta dentro di loro, è sempre in movimento e che la cosa difficile è fermarla, cioè decidere come fissarla nel quadro; per arrivare a questa scelta definitiva bisogna passare attraverso una « caduta », una depressione, che deve portare giù, fino in fondo.

Come non pensare a quanto avviene nell'immaginazione attiva, la quale implica appunto uno stato di abbassamento di livello mentale?

L'immaginazione attiva attuata attraverso il disegno, la pittura, o la scultura, mi sembra, come ho già osservato altrove (214), una maniera di dialogo con l'inconscio in certa misura plastica, filtrata attraverso il medium della materia con cui si lavora, forse anche piuttosto lenta e non troppo in contrasto con l'ordine delle cose naturali: infatti attraverso la carta o la tela, la matita, il pennello, il colore, oppure lo scalpello e il blocco di marmo, l'artista mantiene pur sempre un certo contatto col mondo delle cose. Siamo nel campo degli oggetti concretizzabili, non si prescinde mai dalla materia.

Non è da escludere che risulti possibile far praticare l'immaginazione attiva al paziente italiano attraverso il disegno o la pittura.

Un esempio molto chiaro di immaginazione attiva attraverso il disegno mi è stato fornito da un collega analista junghiano.

Una sua paziente, che già da tempo tentava, quasi senza successo, di avviare un colloquio con l'inconscio attraverso disegni e pitture relativi ad immagini oniriche, una volta sognò che era molto importante fare quanto era scritto su un certo libro, prima del trasloco (215).

Dato che in seduta fu impossibile farle immaginare quale potesse essere il contenuto del libro, l'analista la invitò a tentare di disegnarlo. Pochi giorni dopo essa gli portò due disegni. Nel primo disegno (fig. 6), sulla pagina aperta del libro, è raffigurato un grande triangolo giallo, il simbolo trinitario maschile di cui aveva bisogno la paziente, che era stata sempre vittima della sua femminilità troppo passiva, priva della guida di un « animus » differenziato. Il colore giallo denota una possibilità di sviluppo dell'intuizione, funzione che nella paziente era stata sempre assai difettosa.

(215) Il trasloco era un atto importante nella vita reale della paziente, che significava un passaggio di fase.

Nel secondo disegno (fig. 7), la paziente ha immaginato di aprire il libro alla pagina contrassegnata dal tagliacarte verde; come si vede dal primo disegno, questa pagina precede quella del triangolo: si tratta quindi di precedenti parti significative della personalità, frammenti d'intuizione la cui sintesi è fornita dall'« animus » intuitivo raffigurato nel triangolo.

I simboli indicanti le possibilità di sviluppo della personalità non potrebbero essere più chiari: il mare aperto, con l'orizzonte infinito; la scala, già drizzata verso l'alto, ma i cui gradini devono essere riparati prima che ci si possa avventurare nella salita; i mattoni, cioè il materiale da costruzione;

la tromba, che deve suonare la squilla del risveglio; l'uovo, che contiene la nuova vita. In questo caso mi sembra indubbio che i contenuti

inconsci abbiano trovato espressione attraverso la pittura, come se la paziente avesse accettato di mettere la sua mano a disposizione dell'inconscio, per dargli modo di manifestarsi. Il secondo disegno è la risposta venuta dall'inconscio all'interesse interrogativo dell'lo circa il contenuto della pagina segnata dal tagliacarte, che nel primo disegno non era visibile.

E' interessante notare che anche in questo esempio di immaginazione attiva attraverso il disegno, il punto di partenza è stato l'immagine di un sogno, la cui pregnanza misteriosa aveva suscitato una curiosità di tipo interrogativo da parte dell'lo

(216) Cfr. pag. 371.

(217) vedi pag. 349 sgg.

Per contrasto vien da pensare ai disegni spontanei di soggetto archetipico della Marjula (217) : quale Italiano si metterebbe, come lei, a disegnare figure strane e assolutamente fantastiche per sei giorni di fila, senza capirci nulla e senza avere alcun talento artistico?

Un altro modo di immaginazione attiva, che si può supporre consono al nostro temperamento e di cui è stato discusso anche con colleghi, potrebbe consistere nel dar corpo a volte al proprio contraddittore inferiore in momenti di tensione emotiva, ponendo una domanda al proprio contenuto affettivo (umore, irritazione o passione) e ricevendone una breve risposta: una specie di botta e risposta che dura pochi secondi e spesso è conscia solo a metà.

Invece sembra poco verosimile che si possa insegnare al paziente italiano l'immaginazione attiva come una tecnica dell'immaginare o sviluppare le fantasie seguendo certe regole, perché l'istintiva ripugnanza che egli prova — sotto l'impressione di un procedimento assurdo — non si identifica necessariamente con quella resistenza tanto comune e diffusa verso questo tipo di esperienza interiore, di cui ci parlano spesso gli analisti nordici. Nel caso dell'Italiano deve entrare in gioco, almeno in parte, un sentire che la cosa non gli si confa, non gli si attaglia, è contro la sua natura.

E questo naturalmente va rispettato, altrimenti, nel migliore dei casi, si rischia di creare nel paziente dei sentimenti di inferiorità del tutto gratuiti. Però penso che l'analista italiano dovrebbe conoscere l'immaginazione attiva, possibilmente per diretta esperienza, e saper distinguere tra immaginazione attiva autentica e semplice attività immaginativa dei suoi pazienti, nel caso in cui tali esperienze interiori si producano in loro spontaneamente. La capacità dell'analista di individuare nel suo paziente un fenomeno spontaneo di immaginazione attiva dovrebbe servire tra l'altro a misurare il grado di autonomia raggiunto dall'Io del paziente. Effettivamente, nel caso del mio paziente, le prime esperienze di immaginazione attiva si verificarono dopo il sogno della mia morte, nel quale era prospettata la possibilità della risoluzione del transfert e della conclusione dell'analisi (218) : quasi che l'immaginazione attiva avesse una sua precisa funzione nel momento in cui, in fase avanzata di analisi, l'Io ha ormai raggiunto un certo grado di autonomia e può trovare nella « Auseinandersetzung » una maniera di contatto con l'inconscio, che non necessita della funzione mediatrice dell'analista. E' ovvio che l'analista può seguire e assecondare questo processo che tende verso l'indipendenza, soltanto se sa « amare correttamente » il paziente, cioè se ne ama il Selbst e non la filiarità. Nel caso del mio paziente ho potuto osservare che — benché io non gli avessi spiegato l'esatta natura del suo dialogare con l'inconscio, ne gli avessi interpretato il verificarsi di esso come una prova del grado di autonomia da lui raggiunto (in quanto egli era riuscito, almeno qualche volta, a venire a spiegazione col suo inconscio senza la mediazione dell'analista) — tali esperienze lo hanno profondamente colpito come fatti eccezionali e carichi di patos e non sono state prive di efficacia durevole: in seguito ad esse infatti egli è divenuto più indipendente, più sicuro di sé ed ha comin-

(218) Vedi pag. 366 sg.

(219) Naturalmente solo se l'analista giudica che si possa farlo senza rischio: si dovrebbe poter distinguere tra i pazienti la cui nevrosi deriva da una repressione molto forte (l'Io è un soffocatore, che lascia all'inconscio soltanto il sintomo come via di far sentire la sua voce) e quelli invece la cui malattia nasce dal predominio dell'inconscio sull'Io (l'Io si presenta troppo debole nei confronti dell'invasione dell'inconscio, come se galleggiasse abilmente per non restare sommerso).

Nel primo caso, una stimolazione da parte dell'analista, intesa a produrre esperienze di immaginazione attiva nel paziente, è chiaramente giovevole e può dare buoni risultati. Nel secondo, al contrario, l'immaginazione attiva potrebbe essere molto pericolosa, attivando ulteriormente un inconscio la cui carica e-nergetica è già di per sé al limite di tolleranza per l'Io. (Cfr. Jung: Premessa al « Mistero del fiore d'oro », pag. 14).

(220) Si tratta di stimolare la curiosità del paziente per la lisi o per lo sviluppo ulteriore del sogno, oppure per una particolare immagine onirica che potrebbe esprimersi attraverso il disegno, senza cadere nella tentazione di interpretare, di spiegare o di definire. (221) Jung, "The transcendent function ", ibid., pag. 72.

ciato a prospettarsi l'eventualità di un legame durevole con la donna che amava.

Quanto poi alla possibilità che l'analista stimoli nel paziente la produzione di esperienze di immaginazione attiva (219), volendo tentare di formulare un'ipotesi generale, sulla base del materiale casistico a mia disposizione, si dovrebbe dire che può essere utile in certi casi consigliare al paziente di concentrarsi sull'immagine di un sogno o sull'ultima scena di esso, per vedere che cosa succede e come il sogno si sviluppa, oppure chiedergli di disegnare qualcosa che ha visto in un sogno (220); anche se poi, in pratica, risulta che nei soggetti italiani, più spesso che in quelli nordici, la concentrazione sull'immagine onirica non dà i risultati sperati, o addirittura non viene neppure tentata, e il disegno, più che una forma di immaginazione attiva, sembra essere la via attraverso la quale il paziente riesce a render chiara ed evidente nei suoi particolari un'immagine onirica non traducibile e non riducibile all'espressione verbale, e comincia così a darle importanza, a prenderla in seria considerazione, in ultima analisi si abitua gradatamente a credere nella propria realtà psichica.

Questo però non dovrebbe indurre — a mio parere — l'analista italiano a considerare chiusa per sé e per i propri pazienti la via dell'immaginazione attiva; forse egli dovrebbe invece affrontare la difficoltà del proprio temperamento al fine di acquistare questa maniera di colloquio con l'inconscio, dato che, come sostiene Jung (221), non sempre si riesce ad analizzare da sé i propri sogni. In tal modo inoltre egli si renderebbe disponibile a cogliere nei suoi pazienti le eventuali possibilità e i segni dell'opportunità di esperienze di immaginazione attiva.

Questo almeno è quanto è capitato a me nel lavoro col mio paziente, perché certamente se io non avessi avuto un vivo interesse per il tema di questo mio scritto e non avessi sperimentato anche su me stessa il metodo descritto da Jung, non

avrei potuto cogliere nel mio paziente il primo manifestarsi di una tendenza a vivere l'esperienza dell'immaginazione attiva, ne capirne il senso, ne suggerirgli di dialogare con le immagini dei suoi sogni.

BIBLIOGRAFIA

- Jung C. G. - «**The transcendent function** » (1916) Coli. Works, Routledge and Kegan Paul, London, Vili, pag. 67 sgg.
- Jung C. G. - « **L'io e l'Inconscio** » (1928) Einaudi, Torino, 1959.
- Wilhelm R. e Jung C. G. - « **Il mistero del fiore d'oro** » (1929) Laterza, Bari, 1936.
- Jung C. G. - «**Scopi della psicoterapia**» (1929) In: «Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna », Einaudi, Torino, 1964.
- Jung C. G. - «**Zur Empirie des Individuationsprozesses** » (1933) Coli. Works, Routledge and Kegan Paul, London, IX, parte I, pag. 290 sgg.
- Jung C. G. - «**Psicologia e alchimia**» (1944) Astrolabio, Roma, 1950.
- Jung C. G. - «**La psicologia del transfert**» (1945) 11 Saggiatore, Milano, 1961.
- Jung C. G. - « **Sulla fenomenologia dello spirito nella favola** » (1945) In: « La simbolica dello spirito », Einaudi, Torino, 1959.
- Jung C. G. - « **Der Geist der Psychologie** » (1946) Coli. Works, Routledge and Kegan Paul, London, Vili, pag. 200 sgg.
- Jung C. G. - « **Mysterium coniunctionis** » (1955-56) Coli. Works, Routledge and Kegan Paul, London, XVI.
- Jung C. G. - « **Ricordi, sogni, riflessioni** » raccolti ed editi da Aniela Jaffé, li Saggiatore, Milano, 1965.
- Hannah B. - « **Some remarks on active Imagination** » - Spring, New York, 1953.
- Marjula A. - «**The healing Influence of active imagination in a specific case of neurosis - A human document with an Introduction by Barbara Hannah** » - Schipper & Co., Zurich.

- Hannah B. - «**The problem of contact with Animus**» - The Guild of Pastoral Psychology, 1962.
- Hannah B. - «**Active imagination**» (A record of a talk given in Zurich on September 25th 1967).
- Adler G. - «**On the archetypal content of transference**», Report of the International Congress of Psychotherapy, Ziirich 1954, Basel and New York, 1955.
- Adler G. - «**Etudes de psychologie jungienne**», Georg, Genève, 1957.
- Adler G. - «**The living symbol**», Routledge and Kegan Paul, London, 1961.
- Fordham M. - «**On the origins of the ego in childhood**», Studien zur analytischen Psychologie C. G. Jungs, Rascher, Ziirich, 1955, vol. I.
- Fordham M. - «**Active Imagination and Imaginative activity**», Journal of analytical psychology, Tavistock Publications limited, London, 1956, III, 1.
- Fordham M. - «**New developments in analytical psychology**», Routledge and Kegan Paul, London, 1957. (Trad. italiana del saggio: «Note sul transfert», Rivista di Psicologia Analitica, Anno 1, n. 1, marzo 1970, Idelson Editore, Napoli).
- Fordham M. - Recensione a: «**The transcendent function by C. G. Jung**», Journal of analytical psychology, Tavistock Publications limited, London, 1958, III, 1.
- Fordham M. - «**Active imagination - deintegration or disintegration?**», Journal of analytical psychology, Tavistock Publications limited, London, 1967, XII, 1.
- Kirsch J. - «**Journey to the moon**», Studien zur analytischen Psychologie C. G. Jungs, Rascher, Ziirich, 1955, Voi. 1.
- ZuehlIn W. - «**Die aktive Imagination in der Kinder-Psychotherapie**», Studien zur analytischen Psychologie C. G. Jungs, Rascher, ZOrich, 1955, Voi. I.
- Henderson - «**Resolution of the transference in (ha Knht of C. G. Jung's psychology)**», Report of the international Congress of Psychotherapy Ziirich 1954, Basel and New York, 1955.
- Von Franz M. L. - «**Die aktive Imagination In der Psychologie C. G. Jungs**», Meditation in Religion und Psychotherapie. Klett, Stuttgart.
- Von Franz M. L. - «**The Shadow in fairy tales**», C. G. Jung Institut, 1957, lect. V.
- Wickes F. G. - «**Von der inneren Welt des Menschen**», Rascher, Zurich, 1953.
- Jacobi J. - «**Complexe, archétype, symbole**», Delachaux & Niestlé, Neuchatel, 1961.
- Hobson R. F. - Recensione a: «**Misterium coniunctionis, by C. G. Jung**», Journal of analytical psychology, Tavistock Publications limited, London, 1965, X, 2.

- Davidson D. - « Transference **as** a form of active imagination »,
Journal of analytical psychology, Tavistock Publications
limited, London, 1966, XI, 2.
- Perry J. W. - «**The self In psychotic process**», Berkeley Los
Angeles, University of California Press, 1953.
- Jacobsohn H. - « **Das Gespräch eines Lebensmuden mit sel-
nem Ba** », Studien aus dem C. G. Jung-institut, voi. III,
Rascher, Zurich, 1952.