

Problemi di training Scuola dell' individuazione

R. Blomeyer, Berlino

Una volta Jung ha scritto a proposito di Freud e dei suoi seguaci: « Com'è noto, nella mente di chi crea nuove concezioni le cose sono molto più fluide ed elastiche che nella mente dei seguaci, ai quali manca la capacità di dare forma a cose viventi e che sostituiscono sempre questa mancanza con la fedeltà dogmatica » (1). Ciò per quanto riguarda i freudiani.

Credo che neanche a noi manchi questa fedeltà e che neppure noi siamo così fluidi o elastici. Una ricca letteratura dimostra il continuo sviluppo della psicologia analitica nell'ambito della propria scuola e nello scambio proficuo con altre scuole analitiche e (più in generale) psicoterapeutiche e con il mondo circostante. Ma la cosiddetta dottrina ufficiale, quale appare in particolare nei nostri testi, è piuttosto conservatrice.

Dall'insieme del vecchio e del nuovo deriva per i candidati al training un quadro variopinto, in parte anche un po' confuso. Prendo ora in considerazione le diffi-

(1) C.G. Jung, «Saggio di esposizione della teoria psicoanalitica », in *Freud e la psicoanalisi*, Torino, Boringhieri, 1973, p. 187.

coltà che derivano essenzialmente dal vecchio, cioè dalle concezioni e dagli atteggiamenti fondamentali degli junghiani. In linea di massima le difficoltà sono note. Poiché continuano a presentarsi, si può continuare a rifletterci su. Così non spariranno neppure subito — nel caso che ne avessimo ancora bisogno.

Metto al centro la parola individuazione e dico che l'idea dell'individuazione è un'utopia, ma un'utopia efficace, alla quale non possiamo e non vogliamo rinunciare. Le difficoltà sorgono sempre quando l'idea viene fraintesa a livello concreto, cioè quando c'è palesemente o segretamente la pretesa di realizzarla. Accade però ciò che si verifica con molte grandi idee — cito come esempi l'idea cristiana e quella marxista —:

non si possono attuare così come sono pensate. Tutte le persone ragionevoli lo sanno, ma tutti i credenti lo negano; e per la massima parte anche le persone ragionevoli sono rimaste credenti in fondo al loro cuore. La forza dell'emozione è troppo grande. Quindi le stesse persone ragionevoli non rinunceranno all'idea.

Definisco ora il nostro problema « scuola dell'individuazione » e aggiungo anzitutto che è anche un problema tipologico. Gli junghiani si considerano volentieri degli introversi, meglio ancora intuitivi introversi. Se essi realmente lo sono e se è corretta la descrizione che Jung fa di questo tipo, bisogna osservare che l'intuitivo introverso, come dice Jung, « rende se stesso e la sua vita simbolici in armonia con l'intimo ed eterno senso del divenire, ma non con l'effettiva realtà attuale. In tal modo egli perde ogni efficacia su tale realtà, e rimane incompreso. Il suo linguaggio non è quello parlato da tutti: è un linguaggio troppo soggettivo. Nei suoi argomenti manca quell'elemento razionale che può avere efficacia persuasiva ed egli può soltanto far professione dei suoi convincimenti o divenirne banditore. È la voce di uno che predica nel deserto » (2).

Se egli vuole insegnare, deve tradurre la voce del predicatore nel deserto nella lingua che di volta in volta si parla comunemente nel suo paese. Altrimenti

(2) C. G. Jung, *Tipi psicologici*, Torino, Boringhieri, 1969, p. 407.

resta *realmente* incomprensibile. E di quando in quando deve riflettere sulla differenza tra « dottrina » e « esposizione », affinché la dottrina non ci perda. Altrimenti sarebbe tentato di riferirsi in modo troppo unilaterale ad un paio di dogmi, così come li abbiamo. Cito due principi fondamentali: Primo: Ciò che fa Dio — ciò che fa l'inconscio — è ben fatto! Secondo:

Il Signore si manifesta ai suoi nel sonno (cioè nel sogno). Entrambi i principi suonano bene e sarebbero anche validi, se il Signore a volte in sonno non desse ai suoi, per esempio, anche una psicosi. Gli junghiani impavidi insegnano, proprio in relazione a tali casi, che soprattutto in essi si rivela perfettamente il senso della malattia. Ma io non sono d'accordo. Neppure i malati per la massima parte lo sono.

Se il Signore lo ritiene particolarmente giusto, concede l'individuazione. Ma solo nella seconda metà della vita. È noto che la questione presenta delle difficoltà, in particolare anche per il training, ma non soltanto per il training.

Per individuazione intendiamo, tra l'altro, secondo la definizione di Jung, il « processo di formazione e di caratterizzazione dei singoli individui, e in particolare lo sviluppo dell'individuo psicologico come essere distinto dalla generalità, dalla psicologia collettiva » (3). I nostri candidati al training sono preparati a questo, cioè alla formazione e alla caratterizzazione dell'individuo. Non sono invece preparati al fatto che nello stesso tempo succeda loro qualcosa di opposto. E se lo sapessero prima e potessero capirlo, probabilmente non lo vorrebbero neppure: acquisiscono, cioè, un'identità parzialmente nuova, che è al tempo stesso un'identità di gruppo: vengono incorporati in una comunità, socializzati, assoggettati ad uno spirito di gruppo. Diventano junghiani. Hanno, all'occasione, anche un nuovo genitore o nuovi genitori: l'analista o gli analisti incaricati dell'analisi didattica, di cui si formano delle introiezioni. Il training, e in particolare l'analisi didattica, porta qualcosa a livello conscio, ma sorgono anche nuove « fantasie » inconscie, che influiscono dure-

(3) *ibidem*, p. 463.

volmente sulla vita futura. Non è neppure possibile evitare tali fantasie, a meno che non siamo minimamente toccati dall'analisi. Ma sarebbe come se volessimo andare nell'acqua senza bagnarci.

Lo spirito di gruppo è cieco. Esige imperiosamente l'individuazione, anche se sappiamo o affermiamo: non c'è, in ogni caso non nel senso del raggiungimento di uno stato determinato, che si potrebbe definire « individuato » e che mira molto più in alto che alla « formazione e caratterizzazione dell'individuo ».

(4) M.-L. von Franz, « The Inferior Function », in *Lectures on Jung's Typology*, New York, Spring Publications, 1971.

Nel 1971 Marie Louise von Franz si è occupata con un esempio tipologico di ciò che si può raggiungere nell'individuazione (4). Ha parlato di un'uscita dall'identificazione con la propria coscienza e con il proprio inconscio e di una permanenza su un piano intermedio o di un tentativo di rimanerci. Questo sarebbe, in verità, soltanto il primo passo per un ulteriore sviluppo della personalità. Ma già sarebbe enormemente difficile arrivare anche solo a questo punto. Quando poi le sono stati chiesti degli esempi, ha risposto che è difficile portarne, perché ci sono solo pochissime persone che hanno raggiunto questo stadio. Gli esempi più calzanti e più persuasivi ci sarebbero in alcune descrizioni del comportamento dei maestri zen. Ma ciò significa, se intendo bene, che questi esempi si trovano al di fuori dell'ambito analitico e sono *realmente* molto rari. Si dovrebbe tener conto di ciò e prenderlo sul serio. La Signora von Franz avrà ben saputo di che cosa stava parlando. È caratteristico che le persone che sono citate in tali esempi vivono sempre piuttosto lontano da noi. Il grado dell'individuazione sembra crescere in proporzione al quadrato della distanza dall'osservatore.

In questo modo la pretesa di dover diventare o essere una persona individuata non è eliminata. Sembra che sia troppo affascinante e grandiosa perché si possa rinunciare completamente ad essa. Viene sempre conservata, a livello conscio o inconscio — meglio, naturalmente, a livello conscio — così come l'immagine

che ne è alla base — quella dell'essere umano intero e completo, dell'*anthropos* — e non perde la sua forza d'attrazione e la sua efficacia. Non si tratta di cancellare l'immagine, ma di distinguersi da essa,

Se non consideriamo con coerenza la necessità della distinzione, la dottrina conduce dall'individuazione proprio a ciò che essa vuole evitare ad ogni costo: all'eliminazione dei confini tra lo e Sé, a un'identificazione con l'immagine archetipica, a un'inflazione. Si finge allora di poter « guardare Dio » e perfino controllarlo. Mosè, che nascose il volto, fu allora più prudente, « poiché temeva di guardare Dio » (2. Mosè 3,6).

A livello di psiconevrosi l'immagine e la pretesa si possono facilmente inquadrare. Appartengono alla sfera di una fantasia narcisistica. Si è tentato di descrivere delle forme, per così dire, ridotte di individuazione e di porle come meta a cui tendere . Plaut, per esempio, con i candidati al training di Londra è arrivato « alla concezione che esiste anche una forma molto più comune di individuazione che, per esempio, in certi esseri umani si manifesta nel fatto che essi appaiono delle personalità particolarmente armonizzate (*well rounded personalities*)... (Si può) provare che dopo aver incontrato un tale essere umano ci si sente più in contatto con il mondo ... (Come dato caratteristico è stato osservato) che essi spesso sono vissuti in stretto contatto con gli elementi e con il mutare delle stagioni, per esempio come contadini, giardinieri, cacciatori o marinai » (5). La fantasia narcisistica acquisisce in questa forma ridotta una tonalità depressiva: proprio la moderazione e il « ritorno a Madre Natura ». Ma resta una fantasia e resta la pretesa (inesaudibile). Inoltre: che cosa devono fare coloro che vivono in città?!

(5) A. Plaut, « Individuation. Ein Grundkonzept der Psychotherapie », *Analytische Psychologie*, vol. 10, n. 3, 1979, p. 181.

Si tenta anche di portare l'individuazione dal particolare al generale e non solo di trovare delle « forme ridotte », ma di dire in genere: l'individuazione si verifica sempre (in tutti i periodi della vita) e in ogni caso (in tutti gli esseri umani). E se un paziente ha

perso un paio di sintomi, subito ha fatto « importanti passi verso l'individuazione ». Si può dire così. Si possono anche chiamare tutti gli asini cavalli e tutti i cammelli gazzelle. Ma così facendo si è più perso che guadagnato e non si fa neanche un favore agli asini e ai cammelli, se questi sono esaminati più da vicino. Si dimentica che nell'individuazione dovrebbe trattarsi di qualcosa di molto particolare, eccezionale, toccante e anche estremamente raro, di un numinoso. « Si dimentica » anche che un numinoso non lo si può « fare ». Cioè, si dice che non lo si può fare e allora si lavora per renderlo possibile. Resta la pretesa. E resta una segreta speranza e l'assicurazione che debba essere possibile. Tutte le « riduzioni » difendono dalla constatazione definitiva che non è possibile.

Di fronte a questa pretesa, ai candidati al training resta ancora una via d'uscita, che però non elimina la pretesa, ma rinvia soltanto un cambiamento: la « corretta » individuazione deve verificarsi solo nella seconda metà della vita e deve iniziare a 35-40 anni circa. Ma i candidati al training, quando fanno il training e hanno tra i 30 e i 40 anni, non sono ancora in questa seconda metà della vita o — in seguito — non ci sono completamente. Essi si trovano allora in una situazione particolare che si può definire tanto senza speranza quanto rassicurante. Senza speranza o quasi senza speranza, poiché ciò che deve essere raggiunto non può essere ancora raggiunto (o non ancora completamente) per definizione (« nella seconda metà della vita »). Ma rassicurante, perché essi possono sempre pensare: forse in seguito!

Da ciò deriva, del resto, un'importante caratteristica del nostro training. Sta nel fatto che per un numero considerevole di candidati una parte fondamentale della dottrina, ossia la teoria dell'individuazione nella seconda metà della vita, durante il training non può essere ancora compresa e spiegata a sufficienza in base alla propria esperienza. E la teoria da sola non soddisfa. (Ugualmente inaccessibile resta per molti

durante il training, e anche in seguito, la cosiddetta opera della maturità di Jung).

Se non possono raggiungere l'individuazione richiesta, i candidati al training tentano per lo meno di mettersi in cammino e innanzitutto di « assimilare l'Ombra », per poter in seguito — così predisposti — passare attraverso gli altri stadi della via dell'individuazione. A questo proposito ci sono altri equivoci, che dobbiamo alla nostra lingua ricca di immagini e alla sua insistenza, ma anche a una tendenza a preferire le formulazioni positivo-costruttive a quelle negativo-distruttive.

Nessuno assimila la sua Ombra. Delle parti diventano più consce, ma probabilmente per contrasto qualche altra cosa viene tanto più sicuramente celata o — immagine contro immagine —: nella luce più chiara anche le ombre diventano più taglienti. Oppure: per ogni santo altre dieci persone, a livello sia extrapsichico che intrapsichico, sono cresciute nel peccato.

Anche « gli stadi della via dell'individuazione » non ci sono. È una leggenda che risale a una bella e antica immagine intitolata « Il cammino verso la vita inferiore », a rappresentazioni ricche di immagini e a raffigurazioni schematiche della « struttura stratiforme della personalità »: la Persona all'esterno, il Sé all'interno; più all'esterno, al margine della selva, nell'Ombra i predoni, più all'interno il drago e il tesoro, e al centro, su una montagna, il Gral. Così di regola gli analizzandi passano innanzitutto attraverso le bassezze dell'inconscio personale, poi percorrono tutta la vastità di quello collettivo. Essi elaborano dapprima l'Ombra, poi l'Anima o l'Animus ecc. ecc. (e se non sono morti lavorano ancora oggi).

È esatto: ci sono evoluzioni, sequenze immaginali archetipiche o fantasie sistematiche, in cui certi temi (inconsciamente o a livello semi-conscio, con il con-

corso dell'analista) vengono sempre ripresi ed elaborati in un determinato modo. Possono portare in cielo o all'inferno ed essere accompagnati da cambiamenti psichici ed anche fisici misurabili. Ciò però non significa che le cosiddette « immagini della personalità » — Persona, Io, Ombra, Anima-Animus, Mana, Sé — si presentino solo regolarmente in una successione schematica e didascalica. Tutte hanno sempre una parte fin dall'inizio. Per esempio, la personalità Mana, che affascina ugualmente il didatta e l'allievo, non è in linea di massima più facilmente o più difficilmente accessibile di un'immagine del sesso opposto. Oppure la Persona, che « si trova proprio all'esterno » può essere accessibile a operazioni di correzione del comportamento, ma spesso non è per nulla toccata dall'analisi o si modifica solo a poco a poco, così come si modifica tutto l'essere umano. E il vento soffia come vuole. Come se il Sé o « Dio », se solo ne parliamo, fossero a noi più vicini o più lontani della « moglie del nostro vicino ».

Voglio ancora esaminare un aspetto del problema che negli ultimi tempi è stato messo particolarmente in rilievo. A questo scopo riporto anzitutto qualche cifra.

Nel 1958 l'Associazione Internazionale di Psicologia Analitica aveva 150 membri. 20 anni dopo, nel 1978, erano più che quadruplicati: 650. L'Associazione Tedesca di Psicologia Analitica è stata fondata agli inizi del 1961 con 19 membri. Nell'ottobre del '79 erano 169 (circa nove volte tanto) e a questi si aggiungevano altri 136 candidati al training (arrotondati a 9 analisti « pronti » e a 7 candidati al training). (L'Associazione generale tedesca di analisti di diversi indirizzi nel 1979 contava circa 800 membri e in 20 istituti di training circa 1400 candidati al training).

Alla metà degli anni '60 nella Repubblica Federale Tedesca è stata introdotta la psicoterapia per tutti come prestazione della cassa mutua. La condizione era che una richiesta fosse stata presentata in pre-

cedenza e sostenuta da un esperto. Nel 1968 sono state presentate 660 domande di psicoterapia, nel 1979 erano circa 18.000 (cioè quasi trenta volte tanto). Nel 1979 lavoravano nella Repubblica Federale nell'ambito delle direttive della cassa mutua più di 2.000 psicoterapeuti di diversa preparazione culturale (1.333 medici, 728 non medici), inoltre un numero difficile da valutare di medici, psicologi e altri terapeuti che esercitano, per così dire, liberamente, cioè al di fuori di queste direttive, ma molto spesso sostenuti e dipendenti da altre istituzioni sociali nel quadro di una legislazione sociale che comprende la psicoterapia.

Per quanto riguarda la letteratura: nel 1977 è apparsa una bibliografia generale di psicologia analitica (escluse le opere di Jung), curata da Vincie e Rath-bauer-Vincie (6). I primi 1.000 titoli riguardano un periodo di 45 anni esatti, dal 1910 agli inizi del 1955. Nei successivi 20 anni fino al 1975 si sono aggiunti circa 3.000 titoli, cioè ci sono stati in totale circa 4.000 titoli: 3687 opere originali e 344 recensioni di opere.

Queste cifre riflettono uno sviluppo progressivo della psicoterapia, insieme ad una forte istituzionalizzazione nell'ambito del cosiddetto « boom psicologico » e dimostra che questo « boom psicologico » non si è arrestato neppure tra gli junghiani. Indicano in sé un soddisfacente sviluppo: più analisti, più terapia analitica, più letteratura, più Jung. Ma chi vuole ignorare tutto ciò? E che effetto avrà la quantità sulla qualità?

Una volta ho avuto a livello analitico una fantasia di un Gral a Zurigo con una Tavola Rotonda di Artù. Non è fuori del comune e neppure originale. Jung stesso ha espresso delle idee simili, per esempio in riferimento a un sogno in India: « Che fai in India? Cerca piuttosto, per tè e i tuoi simili, il vaso miracoloso, il *salvator mundi* (rif.: il Gral), di cui avete urgente bisogno » (7).

(6) J. F. Vincie e M. Rath-bauer-Vincie, C. G. Jung and Analytical Psychology. A comprehensive Bibliography, New York & London, 1977.

(7) Ricordi, sogni, rifles-

sioni di C. G. Jung, raccolti ed editi da Aniela Jaffé, Milano, Il Saggiatore, 1965, p. 316.

La fantasia del *salvator mundi* indica come realmente miri in alto la nostra pretesa di una formulazione ideale. Se si pone l'immagine del Orai e della Tavola Rotonda di Artù come motivo fondamentale costitutivo di Jung e quindi anche della psicologia analitica, e ci si attiene ad esso con coerenza, diventa chiara anche un'altra cosa: come sia impossibile trapiantare, per così dire, l'idea. Ci si può essere un « libro popolare del Gral », ma non un « Gral per il popolo », eventualmente « aperto per le visite dal lunedì al venerdì dalle 15.00 alle 18.00, la domenica dalle 10.00 alle 12.00 ». Questo non è possibile. La Tavola Rotonda del Gral ha qualcosa di singolarmente elitario. Non c'è posto per 600 membri.

A prescindere dal Gral la dottrina di Jung non si può trapiantare in determinate sfere anche per un altro motivo: un « puro folle » può arrivare al Gral, ma non a Jung!. Si può facilmente imparare a chiacchierare un po' dell'Anima e dell'Animus; e per la psicoterapia della vita quotidiana può bastare. Per Jung che va più a fondo, e cioè probabilmente per il vero Jung, non basta. Per poter seguire realmente Jung c'è bisogno non solo del « puro folle », ma si presuppone e si richiede un tale grado di forza di immaginazione, di formazione e di conoscenza che la maggiore parte di noi — me compreso — soccombe.

Si dice spesso che Jung è rimasto attraente anche in un mondo che cambia o perfino proprio oggi è diventato ancora più attraente. Quando parlo del Gral e dell'alto grado di forza di immaginazione, di formazione e di conoscenza che si richiede, e aggiungo che « il vero Jung » per molti di noi e quindi anche per molti altri non è accessibile o lo è solo con molte difficoltà, ne deriva una contraddizione: come può allora essere attraente? Posso completare e rafforzare la domanda: come può essere attraente, se, per esempio, oggi molti psicoterapeuti sono improntati ad un forte impegno sociale, al quale si contrappone o sembra contrapporsi l'esigenza di Jung di trovare un senso per gli individui e l'esigenza della « caratte-

rizzazione dell'individuo »?. Jung ha inequivocabilmente sottolineato che nell'individuazione si tratta anche di « un migliore e più completo adempimento delle finalità collettive dell'uomo» (8). Ma questo aspetto riporta alla concezione generale. Soprattutto, come deve essere attraente Jung, se l'« opus in vas hermeticum » si può appena confrontare con una terapia regolamentata come prestazione della cassa mutua e non si può affatto conciliare con un'analisi di gruppo — che, a mio parere, accanto all'analisi individuale dovrebbe essere obbligatoria per il training?!

(8) C. G. Jung, *L'io e l'inconscio*, Torino, Boringhieri, 1967, pp. 87-88.

Forse la psicologia analitica in parte — sottolineo in parte — è rimasta o è diventata così attraente proprio *perché* non si può conciliare con le tendenze indicate ed è adatta a tendenze opposte. È stato detto tanto spesso che noi ci compiacciamo « di un profondo desiderio per l'irrazionale in un mondo tecnico-razionale », che non è necessario ripeterlo. Ma dobbiamo allora considerare che a questo riguardo siamo in concorrenza con tutte le sette possibili e impossibili e che, per dirla con durezza, alcuni potrebbero trovarci così attraenti proprio perché siamo così incomprensibili. E per precauzione dobbiamo ammonire: secondo la nostra logica dobbiamo evitare che coloro che ci trovano particolarmente attraenti proiettino su di noi con il loro desiderio la loro funzione inferiore.

Che cosa resta? Solo la possibilità di riconoscere l'individuazione come idea e di lasciarla stare e di sostenere nel miglior modo possibile la « psicoterapia della vita quotidiana », di insegnarla e di praticarla.

Se dico « psicoterapia della vita quotidiana », può suonare come un'espressione sprezzante e limitativa. Se si cerca il Gral e si trova la « psicoterapia della vita quotidiana », a ciò si collega effettivamente una certa « limitazione ». Dipende però dal punto di vista da cui lo si considera. Se non si proviene dal Gral, ma dall'altra parte, questa « psicoterapia della vita quotidiana » offre, anche e proprio nella visione di

Jung, un aiuto estremamente prezioso, differenziato, vivificante e — per quanto ciò possa dire nella terapia di ammalati — anche attraente.

Naturalmente neppure per questo basta « imparare a chiacchierare un po' sull'Anima e sull'Animus >>. In verità, sembra che escano (da noi come da altre scuole) relativamente molti analisti con un grado relativamente scarso di conoscenza teorica. Sembra allora che nel training si tratti anche della comunicazione di una teoria, ma soprattutto di rendere possibile e di esercitare a lungo e gradatamente un'esatta percezione e un'esperienza differenziata dello psichico e un rapporto ugualmente esatto e differenziato con lo psichico.

Jung sottolinea a questo proposito, alla fine di *Psicologia e alchimia*, « ... che si tratta di processi di formazione che possono venir afferrati soltanto nell'esperienza viva, ed ai quali intellettualmente si può soltanto alludere ». Egli aggiunge che gli alchimisti da una parte insistevano sullo studio dei loro libri, ma dall'altra dicevano: « Rumpite libros ne corda vestra rumpantur », cioè: stracciate i libri, affinché non si spezzino i vostri cuori. Dice Jung, « è piuttosto *l'esperienza vissuta* che porta vicino alle possibilità di comprendere » (9).

(9) C.G. Jung, *Psicologia e alchimia*. Roma, Astrolabio, 1950, p. 520.

All'inizio ho parlato dei seguaci, che compensano la mancanza di una vivida forza creativa con una fede dogmatica. Ma forse perdono la vivida forza creativa anche per la troppa fede. Oppure leggono troppo. A questo proposito si dovrebbe cambiare così il detto: stracciate i vostri libri, diventate infedeli, per trovare il modo di arrivare a un'esperienza e ad una comprensione nuova e personale, nello spirito di Jung.

Riepilogo:

Il nostro training può essere inteso e frainteso come « scuola dell'individuazione >>. L'individuazione è un'idea efficace, ma un'utopia, che non si può né rea-

lizzare né trapiantare. In tutti i casi in cui si cerca di farlo, i candidati al training si trovano di fronte a una pretesa inesaudibile. Vengono descritte delle forme « ridotte » di individuazione. Esse servono (tra l'altro) da una parte a diminuire la pretesa, dall'altra (velatamente) ad evitare la constatazione definitiva che essa sia inesaudibile.

Trad. di LUCIA PISPOLI