

Il gioco della sabbia nella psicologia di C. G. Jung

Paolo Aite, Roma

Il gioco della sabbia è una tecnica terapeutica di recente applicazione nell'ambito della Psicologia Analitica. Essa deriva dal « gioco del mondo » che Margaret Lowenfeld aveva attuato fin dal 1925 nella ricerca di uno strumento psicologico di espressione capace di rappresentare direttamente il mondo dei bambini (1).

(1) Margaret Lowenfeld, The World Picture of the children. Br. J. of Med Psych., vol. XVIII, 1939-1941.

(2) Dora M. Kalf, Sand-spiel. Rascher Verlag, Zu-rich 1966.

Dora Kalf, allieva diretta di Jung, ha intuito le notevoli possibilità di questo mezzo di espressione e, integrandolo in una visione junghiana, lo ha applicato alla terapia dell'infanzia e dei giovani fin dal 1955. L'autrice ha fatto le prime comunicazioni sui risultati ottenuti al 2° Congresso di Psicologia Analitica del 1962 e nel 1966 ha scritto il libro Sandspiel (2) in cui, dopo una breve introduzione teorica, descrive alcuni casi di bambini e giovani trattati con questo metodo. Attualmente altri analisti lo stanno applicando e studiando negli Stati Uniti, in Giappone in Svizzera ed in Italia.

Nel 1930 Jung scriveva: «Tutte le opere dell'uomo hanno la loro origine nella fantasia creativa. Che di-

ritto abbiamo allora di disprezzare la forza immaginativa? Nel corso normale delle cose la fantasia non cade facilmente in errore, essa è troppo strettamente legata alle radici dell'istinto umano e animale. Riesce sempre in maniera sorprendente a farsi giustizia. L'attività creativa dell'immaginazione, libera l'uomo dalla sua schiavitù del « senso del nulla » e lo eleva allo stato d'animo di colui che gioca, perché, come dice Schiller: « L'uomo è completamente umano solo quando gioca ». Lo scopo a cui miro è di provocare uno stato psichico nel quale il mio paziente cominci ad sperimentare la propria natura e cerchi di ottenere uno stato di fluidità, di dinamismo e superamento, in cui non vi sia più nulla di eternamente fisso e di disperatamente fossilizzato » (3). Su questa linea del pensiero junghiano si inserisce il « Gioco della sabbia » come mezzo nuovo per stabilire un costruttivo rapporto tra lo ed inconscio.

Il gioco della sabbia è una tecnica proiettiva. Chi inizia « il gioco » ha a disposizione una cassetta rettangolare di zinco di cm. 57x72x7 col fondo dipinto di azzurro e contenente sabbia. Vi sono un gran numero di oggetti sia naturali come sassi, terre colorate, vegetali, conchiglie, sia rappresentazioni in miniatura di tutto quello che si può osservare nel nostro mondo come alberi, case, animali feroci e domestici, uomini, donne in vari aspetti della loro vita. L'operatore è invitato ad attuare nella cassetta una composizione con quello che più gli aggrada.

La sabbia si adatta ai processi proiettivi perché da un lato non è strutturata, dall'altro è un materiale tridimensionale che, mescolato con l'acqua, diviene plastico e di consistenza variabile. Sia la sabbia come tutti gli oggetti descritti devono essere considerati come « attivatori » di proiezioni. Il vassoio è il « campo », « il territorio di mezzo » ove avviene la proiezione dei contenuti inconsci. Riguardo alle sue dimensioni la Kalff afferma che esso corrisponde al campo di visione distinto da un soggetto che stia a 70 GITI. dal piano di appoggio. Può essere interessante osservare che il rettangolo così costruito ha il

(3) C. G. Jung, Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna. Einaudi, Torino 1959, pag. 81.

lato minore che corrisponde alla sezione aurea della sua diagonale. L'autrice sostiene che le dimensioni descritte appaiono particolarmente adatte ai processi proiettivi e che la limitatezza del vassoio è una condizione indispensabile perché il contatto tra lo ed inconscio venga protetto e possa strutturarsi in un prodotto assimilabile dal paziente e decifrabile dal terapeuta. La sabbia e gli oggetti sono come i tramiti attraverso i quali i contenuti profondi di chi lavora trovano la possibilità di esprimersi. Troppo spesso la proiezione viene considerata unicamente come mezzo di difesa, mentre essa va vista anche come il normale processo con il quale il soggetto organizza e struttura la sua esperienza vitale. Senza entrare in merito ad una approfondita trattazione dell'argomento che sarebbe un lavoro a sé, mi basta qui ricordare che il meccanismo inconscio della proiezione, il trasferimento cioè su un oggetto di un processo soggettivo, è il primo atto di distinzione fra lo e inconscio. Il paziente che ha posto dinanzi a sé nel vassoio con la sabbia certi oggetti oscuramente significativi per lui, ha cominciato a distinguersi dalla sua realtà interna che è la condizione preliminare per un vero confronto con l'inconscio. Solo così inizia la strada verso la meta finale che è quella di prendere coscienza dell'inconscio proiettato. « Il quadro di sabbia costruito può essere inteso come una rappresentazione tridimensionale di una situazione psichica », « un problema inconscio viene riportato nel vassoio di sabbia come un dramma » (4).

*
* *

(4) Dora M. Kalff, op. cit.

(5) Erich Neumann, *Das Kind*. Rhein-Verlag, Zu-rich 1963; *The Great Mother*. Pantheon Books, New York 1955.

Dora Kalf, che vive e lavora a Zurigo prevalentemente come analista dei bambini, afferma che l'esperienza ottenuta con la sua tecnica concorda con la teoria delle fasi di sviluppo dell'Io descritte da Erich Neumann (5). Essa sottolinea, che un momento dinamico fondamentale per lo sviluppo psichico del fanciullo è rappresentato dal distacco, durante il secondo anno di vita o all'inizio del terzo, del Selbst

dall'identità primitiva madre e figlio. « La manifestazione del Selbst » in questa fase della vita, in condizioni regolari di sviluppo, è fisiologica e « il bambino in quest'epoca gioca, disegna in un millenario linguaggio simbolico mediante il quale anche l'adulto consapevolmente o inconsapevolmente, attraverso tutti i tempi, ha dato espressione della sua tendenza alla totalità » (6). Ogni volta che ci troviamo (6) di fronte a uno sviluppo nevrotico della personalità del bambino, è da ritenere che non si sia superato questo primo stadio di identità descritto e non sia avvenuta la « manifestazione del Selbst » che è sempre la condizione, in ogni età della vita, di un allargamento della personalità.

Dora M. Kalff, op. cit.

Anche l'adulto nevrotico secondo la Kalff, vive in uno stato di identità primitiva con un contenuto profondo disturbante e nei vassoi della sabbia è possibile rilevare il medesimo cammino di differenziazione dell'lo notato nei bambini. La psiche sa dove vuole arrivare, basta darle l'attenzione e lo spazio necessario per esprimersi. Le composizioni con la sabbia di uno stesso paziente dimostrano un decorso particolare, un processo che tende a far nascere un lo nuovo e più ampio. Questa attività strutturante inconscia è l'espressione del « Selbst che dirige il processo ». Nei vassoi di sabbia viene subito rappresentata la polarità di un conflitto, e seguendo nella successive composizioni il cammino percorso, si nota come nell'approfondimento della tematica, compaia spontanea l'attività simbolica della psiche che, con noti simboli di integrazione, tende a superare il conflitto in una nuova sintesi. Questa della sintesi è la fase di « manifestazione del Selbst » in cui clinicamente si assiste ad un miglioramento delle condizioni psicologiche del paziente. Segue la fase che la Kalff definisce « vegetativa ». Nelle composizioni compaiono solo elementi vegetali ed animali che testimoniano la avvenuta integrazione del nuovo dagli strati più profondi della psiche. Si rinnova così, ad un nuovo livello una fase di identità primitiva con un contenuto psichico integrabile, da cui emergerà un lo rinnovato attraverso una fase di con-

flittualità e di lotta fino ad un nuovo adattamento, ad una nuova sintesi. E' evidente come per la Kalff la fase animalesca vegetativa, quella di lotta, e quella di adattamento descritte da Erich Neumann siano sperimentalmente verificabili nelle composizioni create sia da bambini che da adulti. Nei vassoi di sabbia è possibile vedere direttamente al lavoro quella che Jung ha definito « la psiche obiettiva ».

ESPERIENZA PERSONALE

Sono convinto che solo quando il paziente comincia ad sperimentare la natura che è in lui come un dato dinamico reale che richiede la sua partecipazione, attenzione ed il suo diretto intervento, superando con sforzo la rigidità di vecchie strutture che l'hanno portato alla crisi, si instaura un vero processo di allargamento dell'Io ove è possibile ritirare proiezioni disturbanti e riguadagnare energie disperse. La mia esperienza con la sabbia è nata dall'esigenza di realizzare questa condizione. Ho applicato questa tecnica solo con persone adulte con cui avevo già da tempo istaurato un rapporto terapeutico. Sentivo in questi casi che l'analisi tradizionale, almeno nelle mie mani e in quelle situazioni, giungeva fino ad un certo livello e non realizzava un contatto trasformatore reale. Il gioco della sabbia è intervenuto quindi come una tecnica attivante che non sostituiva la analisi tradizionale ma la completava permettendo di superare le difficoltà che si erano presentate. Essa aveva anche il pregio, ai miei occhi, di permettere l'espressione di contenuti difficilmente verbalizzabili perché tanto distanti dalla posizione conscia del paziente da non trovare via d'espressione. Infatti la parola spesso non può essere che una imperfetta traduttrice dei nostri stati d'animo e delle nostre fantasie oscuramente percepite, anche perché è portatrice del filtro rappresentato da tutte le nostre riserve mentali. L'espressione simbolica per immagini è più diretta, immediata e spesso riesce « a saltare » le nostre riserve.

LA SEDUTA CON LA SABBIA: OSSERVAZIONI

Normalmente presento il gioco con la sabbia alle persone che lavorano con me, per quello che credo esso sia, vale a dire un modo di dare espressione a quanto le parole spesso non riescono ad esprimere un modo di dare forma all'altra parte che è in noi per entrare in dialogo con essa. Cerco di precisare che non si tratta di comporre qualcosa di estetico, ma di porre i propri mezzi espressivi a disposizione di quello che l'immaginazione spontaneamente suggerisce. Jung ha molto bene espresso l'atteggiamento necessario, nella introduzione al « Mistero del fiore d'oro ». « Il lasciar fare, l'azione nell'inazione, lo abbandonarsi del maestro Eckart, è stata per me la chiave con cui sono riuscito ad aprire la porta in quella via in cui « bisogna essere 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. Compito certo abbastanza semplice! (purché semplicità non sia estrema difficoltà).

Essa consiste unicamente e soltanto nell'osservazione oggettiva dello sviluppo d'un qualsiasi frammento di fantasia » (7)

Temevo all' inizio che la presentazione sarebbe stata difficile, proprio perché fatta ad adulti; ho costatato invece che, superato un primo disagio, nonostante si tratti di operare con sabbia, acqua, colori, oggetti in miniatura, l'adulto anche evoluto, se coglie il senso della situazione, non solo rapidamente si adegua al gioco, ma direi che viene « preso » da esso con notevole intensità. La sabbia ed i materiali naturali (sassi, conchiglie, vegetali ecc.) vengono subito accolti, mentre maggiori difficoltà nascono per i materiali in miniatura anche se, una volta av-

(7) C.G. Jung, Richard Wilhelm, Il mistero del fiore d'oro. Laterza, Bari 1936, pag.16.

viato il discorso con l'inconscio, anche questi vengono usati con facilità.

Osservare una persona che lavora e in particolare cogliere il suo approccio al materiale è già un grande canale di informazione. Interessante è ad esempio il contatto con la sabbia. C'è chi inizia subito immergendo le mani nel materiale e facendole scorrere ora con delicatezza, ora con forza, finché un segno tracciato diventa il vettore di un significato che poi viene seguito e realizzato con pause significative che, per me, hanno il valore di un discorso diretto con la realtà psichica che si è rappresentata. C'è chi all'opposto non tocca la sabbia, quasi ne temesse il contatto, e la lascia come la trova ponendovi sopra gli oggetti che via via sceglie. Già in queste prime fasi è possibile cogliere un significativo atteggiamento dell'Io nell'incontro con l'inconscio. Il contatto con il materiale è poi rivelatore di molti altri aspetti. Va fatta una distinzione basilare, a mio parere, tra vassoi di sabbia che manifestano un reale contatto trasformatore con l'Io inconscio ed altri, in cui il soggetto segue più un gioco immaginativo che un reale contatto. Nel primo caso il paziente segue l'evolversi del suo lavoro con partecipazione emotiva e con reale fatica, nel secondo il gioco scorre attraverso l'Io senza toccarlo, non vi è fatica ma desiderio di meravigliare o di rendere estetico il prodotto. In questo secondo caso gli oggetti sono spesso più numerosi e ricordano la iperproduttività onirica. Anche non esistere come lo di fronte alle immagini che si presentano, è solo uno altro modo di difendersi. E' importante perciò che il terapeuta sappia cosa sta succedendo e, senza cadere nello sterile gioco immaginativo, faccia capire che se ne è accorto. Anche in questi casi è pur vero che è solo questione di tempo, perché alcuni elementi significativi, pur nella fantasmagorica pluralità dei contenuti, si ripetono in quadri successivi e crescono rispettando un loro tempo di latenza.

Va anche osservato come il soggetto si comporta rispetto alla superficie che ha a disposizione. Sono d'accordo con la signora Kalf che la limitazione co-

stituita dal vassoio agisce come fattore ordinante e protettore. Ho notato che molto spesso i soggetti in cui prevale il gioco immaginativo rispetto ad una impegnata immaginazione attiva, tendono a non accettare la limitazione imposta. Essi vorrebbero porre le figure fuori dai vassoio o comunque su una superficie più vasta. Al contrario ho osservato che soggetti in una situazione psichica difficile, con un Io facilmente soverchiabile, tendono a limitare ulteriormente il campo del gioco così che una parte più o meno ampia, del vassoio non viene usata. Va posto l'accento inoltre sulle modalità con cui può venire aggiunta l'acqua alla sabbia. Alcuni preferiscono la sabbia umida che è più plastica e permette di creare forme più stabili: c'è come la ricerca di una definizione più esatta dell'immagine che la sottende. In altre situazioni più rare ho notato che il quantitativo d'acqua usata era tale da far perdere alla sabbia stessa la sua plasticità, come una proposta di definizione rimandata e sommersa.

In tutte le situazioni descritte quello che rivela, a mio parere, un reale incontro con l'inconscio è la concentrazione profonda che accompagna ogni azione. Il processo prende chi lavora ed ogni figura costruita appare come il frutto di una decisione soppesata tra opposte tendenze. E' evidente che ci sono figure che vengono messe con facilità ed altre che suscitano un indefinibile disagio ma pure vengono messe ugualmente, come esistesse una costrizione interna a farlo. La composizione, come risulta alla fine, è sempre ben diversa da quella che il soggetto, mentre l'andava attuando, si era prefigurata. E' da notare ancora come, durante il processo, alcune figure particolari possono accompagnare il paziente nel suo percorso. Esse sono evidentemente le portatrici di immagini inconscie « chiave » nel suo dialogo con la realtà interna.

Queste osservazioni del comportamento vanno integrate, durante la seduta, con la registrazione la più attenta possibile, delle parole pronunciate da chi lavora, e dell'ordine di comparsa nel tempo delle varie parti della composizione. Questa attenzione di-

screta e costante non ha mai disturbato l'esecuzione del lavoro ma credo costituisca un fattore attivante del processo in atto.

Le parole spontanee di commento durante l'esecuzione del lavoro sono di grande interesse perché illuminano, come un contesto, le immagini che prendono forma e di esse va tenuto conto al momento della interpretazione. Molto spesso nasce così un discorso su argomenti fino ad allora mai trattati. Ho notato inoltre che nei casi in cui proprio l'espressione verbale è difficoltosa, durante l'esecuzione del lavoro, il colloquio diviene più fluido e semplice. Può accadere che parlando di tutt'altro argomento dall'esecuzione in atto, le mani continuino indipendentemente a lavorare quasi più agili e sicure. L'atmosfera discorsiva, aperta, sempre nel pieno rispetto della con-centrazione che impone a momenti pause più o meno lunghe, crea un *temenos* protettivo che facilita la esecuzione del lavoro. A composizione ultimata il paziente stesso lo commenta o sono io a chiedere delucidazioni su questo o quell'oggetto o costruzione che mi sembra centrale nel significato totale del quadro. A volte per comprendere il vero senso della composizione mi è stato utile usare le stesse immagini rappresentate come vocaboli di un discorso che faccio mio per commentare, obiettare così come farei di fronte a qualsiasi situazione reale. Nascono così delle precisazioni illuminanti da parte del paziente che permettono di allargare non solo la mia comprensione ma anche la mia partecipazione all'accaduto. Sono queste le situazioni in cui un discorso sul piano verbale fino ad allora frammentario, stentato o intellettualistico può diventare più semplice, vero e spontaneo. Se è vero che la composizione nella sua totalità è l'espressione simbolica di un contenuto, il commento serve anche a far comprendere quale tra gli oggetti usati, è semplicemente il segno di qualcosa di noto al paziente e quale tra essi il simbolo di una realtà non rappresentabile più compiutamente.

L'ultimo atto della seduta è la fotografia della composizione. E' importante che chi ha lavorato sappia

che tutto rimarrà fissato e ricordato e che quella realtà non verrà dispersa. A questo scopo spesso propongo al paziente di scrivere quanto è accaduto durante la composizione e gli scritti, oltre a fissare ancor più questa realtà, sono spesso un ulteriore contesto ed ampliamento.

IL DECORSO DEL PROCESSO: OSSERVAZIONI

I primi vassoi, molto spesso il primo di una serie in un soggetto, rivelano subito il contrasto di base che poi viene affrontato e svolto durante il processo.

Un giovane col quale sul piano verbale in un primo tempo mi era stato difficile entrare in contatto per un suo atteggiamento in apparenza sicuro e svalutante la motivazione che l'aveva portato da me, fece una composizione iniziale in cui il protagonista era un uomo che affondava nella sabbia; il tutto avveniva in una situazione di ineluttabile passività senza che chi stava attorno si desse la pena di dargli una mano. Venne subito espressa così la drammaticità di quanto egli viveva e non riusciva ad esprimere in parole. I primi vassoi portano la tematica del conflitto; il materiale usato è il segno di una realtà mai espressa in precedenza dal soggetto ma solo oscuramente sentita e il solo fatto di metterla innanzi a sé modifica i rapporti del paziente con questa realtà ed ha inizio un processo di chiarimento. Già questa fase è parzialmente liberatoria. Può essere significativo di questo aspetto del lavoro quanto un uomo che ha lavorato con me mi diceva un giorno:

« Ora so che ho un contrasto e che tendo a qualcosa. Tempo fa ero in una dimensione irreali in cui non riconoscevo neanche il contrasto, che perciò si esprimeva in angoscia. Mettere gli oggetti è come mettere a fuoco, e mi sento più attivo di quando parlo. Quando mi riesce di esprimere qualcosa entro in una mia dimensione».

I primi quadri rivelano inoltre se esistano delle difficoltà che non permettono il proseguimento del lavoro. In un caso di psicosi latente con rituali osses-

sivi di difesa, mi resi conto che proseguire era pericoloso. L'approccio al materiale aveva subito creato una forte tensione emotiva e le uniche tre composizioni realizzate furono la ripetizione stereotipata, quasi rituale, del medesimo tema rappresentato da grosse montagne che chiudevano il mare.

Mi venne inviato un caso seguito da un altro analista, per provare questo tipo di tecnica in quanto la situazione fra loro ristagnava da tempo; io accondiscesi e venne fuori un primo vassoio in cui solo una piccola parte era coperta da figure, tutto il resto della sabbia a detta del paziente, rappresentava il cielo con un sole. Io non capii subito cosa potesse significare quel sole e cielo posti sul medesimo piano della realtà di tutti i giorni, ma un sogno successivo in cui la paziente era sott'acqua mi fece capire che la situazione era molto difficile. Ho paragonato tra me e me quel cielo in terra all'esperienza di cambiamento cosmico che prelude certe invasioni psicotiche. Questo secondo episodio, inoltre, mette in evidenza il fatto che la tecnica della sabbia, a mio parere, non può essere applicata se non nel contesto di un approfondito rapporto personale con un unico analista.

Nei quadri successivi di uno stesso paziente la tematica espressa viene approfondita e via via chiarita in una polarità di opposti; questo avviene anche se il paziente è solo parzialmente consapevole o totalmente inconsapevole di quanto accade. Si parla comunque in questi casi di quei soggetti che sono stati presi dal dialogo con la loro realtà interna, e non di quelli che si difendono in uno sterile gioco immaginativo come dicevamo più sopra.

Dalle antitesi delle prime composizioni, nel successivo approfondimento, compaiono degli elementi nuovi, rappresentati da oggetti unici o dalla associazione di più oggetti che sono i simboli di una nuova sintesi che si va profilando. Parlo di simboli perché essi sono « qualcosa di nuovo » che il paziente non sa commentare pur rivelando essi una « significatività » che lo colpisce.

Ho osservato che l'antitesi si evidenzia in una con-

figurazione geometrica in cui gli oggetti si trovano ai lati opposti o secondo un'immagine a croce, mentre quando si profilavano i simboli di una nuova sintesi, per lo più la disposizione sul piano segue la diagonale del vassoio oppure gli oggetti stessi vengono disposti in forme geometriche come il quadrato e il cerchio. La parte destra delle composizioni molto spesso rivela la situazione del paziente in rapporto alla realtà esterna e la sinistra la situazione inconscia. L'opposto accade per i mancini. Ho notato ancora che, in momenti difficili, compare una tendenza a creare delle immagini simmetriche, quasi queste costituissero un doppio appoggio per l'io dell'operatore. Queste ultime osservazioni richiedono ulteriori prove e conferme.

Va osservato che il processo di approfondimento che si rivela nelle composizioni viene seguito parallelamente nella successione dei sogni registrati nel medesimo periodo. Quando nelle composizioni compare con tutta evidenza il conflitto, l'elemento problematico che turba il paziente, a volte accade come se ci si fosse « spinti troppo avanti » e si assiste, dopo questa apertura anticipatoria, ad un periodo di assestamento e di chiusura che si rivela sempre necessario all'assimilazione del contenuto. In questi casi ho notato quanto sia utile l'osservazione contemporanea delle composizioni e dei sogni. Vi è un contrappunto tra sogni e composizioni che permette di osservare da due punti di vista quanto sta accadendo. Ricordo il caso di una donna che dopo essersi « spinta troppo avanti » (la seduta con la sabbia aveva manifestato una forte tensione emotiva) si astenne, per una seduta, dalla sabbia ed il sogno così commentò la situazione: « Dovevo passare un punto pericoloso per arrivare a fare un bagno ». Successivamente riprese la sabbia e comparve in un primo momento una chiusa che interrompeva un canale, e subito dopo una catena di montagne sotto le quali però costruì un tunnel di passaggio. In un sogno del medesimo periodo la paziente tentava di scuotere una figura di donna per entrare in dialogo con Lei. Secondo il contesto questa figura era quella

di una donna bloccata nell'istintività e tormentata da fantasie « poco pulite ». Infine in un quadro successivo comparve un magnifico pesce e nel sogno della notte successiva essa faceva felicemente all'amore con un uomo che nel contesto era stato per anni bloccato, inibito, chiuso in una situazione familiare impossibile.

Va notato per inciso che nella sequenza riportata si apprezza, a mio parere, il valore selettivo necessario che rivela una «resistenza»; essa mi appare spesso il preludio per un'assimilazione. Questo rapporto tra sogni e composizioni, qui solo brevemente accennato, è per me un fatto sicuro che va ulteriormente approfondito e studiato. Ho notato ancora che le stesse immagini dei vassoi possono essere prese in prestito da fantasie spontanee che si manifestano dopo la composizione anche a distanza di tempo. Una persona, che soffriva di agorafobia aveva creato una composizione divisa in due lati: a destra c'era un deserto con una fila di persone definite aggressive, giudicanti, cattive, a sinistra un paesaggio pieno di pace con alberi, un tempio orientale ed un pescatore che pescava tranquillo. In una situazione reale molto frustrante quella persona ebbe la visione immediata che proprio su quel paesaggio di pace stava piovendo in modo torrenziale.

Più sopra ho accennato che nell'approfondimento del processo compaiono simboli che sembrano agire come trasformatori di un'antitesi verso una nuova sintesi. Riporto quattro fotogrammi che esemplificano, a mio parere, la fase di un processo in cui proprio questo accade.

Si tratta di una donna che nella vita aveva avuto sempre un difficile rapporto con la figura dell'uomo, oscillando nel suo comportamento tra una dipendenza passiva che quasi l'annullava e la esplosione di stati di aggressività che si manifestavano contro se stessa e inconsapevolmente anche contro gli altri. Nella prima fotografia riportata si esprime proprio questa antitesi uomo-donna in cui [a donna appare primitiva, inconsistente, fatta d'acqua e l'uomo come uno strano mostro a forma di pesce. Nei vassoi suc-

cessivi il tema continuò a riguardare gli aspetti terribili di questo « altro » maschile. Si arriva così alla fase che volevo brevemente illustrare. Nella seconda fotografia la « figura terribile » è come in decomposizione. Il vassoio mi sembra l'espressione plastica di quella che Fordham (8) definisce « la deintegrazione » necessaria al sorgere della coscienza. I simboli che sono intorno mi sembrano confermare che questa deintegrazione tende verso una nuova integrazione. Vorrei farne rilevare alcuni; i due coccodrilli posti in basso a destra, accanto alla testa in decomposizione, in un moto circolare da destra a sinistra, le scimmie che stanno sul vertice ed il pellicano (purtroppo scarsamente visibile nel mio fotogramma) che sta in fondo in mezzo alle spighe di grano. Il pellicano venne dipinto in blu dalla paziente e posto con cura ed emozione. Senza entrare in una trattazione approfondita di questi simboli del movimento circolare che pure sarebbe di estremo interesse, mi basta qui ricordare, a titolo di amplificazione, che il pellicano è simbolo del Cristo nella iconografia cristiana nel doppio aspetto del sacrificio e della resurrezione. Come ricorda Jung nel « Misterium coniunctionis » (9) esso è anche il simbolo del vaso alchimico ove avviene la trasformazione degli opposti. Il coccodrillo, nella mitologia egiziana, se da un lato è collegato alla morte è anche il detentore dei misteri della vita. Viene detto che a mezzanotte il coccodrillo comincia a ricostruire e a dare vita agli esseri divorati durante il giorno.

La scimmia collegata a Thot-Ermete è l'espressione di quel livello subumano pur collegato alle divinità da cui ogni vero rinnovamento prende forma (10). Quello che ora mi interessa di far notare è la profondità del livello qui espresso e come il tema della morte e rinascita pervada tutta la composizione. I simboli apparsi sembrano agire come trasformatori, attivatori di un rinnovamento. Che così sia lo dimostra il vassoio successivo riportato nella fotografia 3 che mi sembra si commenti da solo. Esso raffigura ancora l'immagine di un volto, ma gli occhi del « mostro » sono diventati due laghi ospitali: l'uno è circon-

(8) Michael Fordham, Active imagination - deintegration or disintegration? *Journal of Analyt. Psych.* Voi. XII, n. 1, 1967.

(9) C. G. Jung, *Misterium coniunctionis*. Pantheon Books. C. W. voi. XIV, New York 1963.

(10) C. G. Jung, *Psicologia e Alchimia*. Astrolabio, Roma 1950, pag. 151-159.

dato da spighe di grano dove si svolge la vita, nell'altro il rosso, che nella composizione precedente aveva intriso il volto in decomposizione, si è ora cristallizzato nel corallo. La bocca infine è rappresentata « dalla culla bianca dove è nato un bambino » secondo il contesto della paziente. Evidentemente è avvenuto un cambiamento, una nuova integrazione che sul piano clinico corrispose ad un netto miglioramento.

Queste composizioni in cui si manifesta una sintesi nuova vengono eseguite con gioia, con la reale sensazione di aver raggiunto qualcosa, che se anche al momento non è consciamente spiegato, determina tuttavia una netta modificazione sul piano clinico. La Kalff, nel suo libro, descrive questa fase come quella della « manifestazione del Selbst » cui segue uno sviluppo del processo « dal basso » nella fase vegetativa. E' questo un momento in cui nei vassoi prevalgono elementi del mondo vegetativo ed animale. Anche nel caso a cui appartengono le fotografie questa successione si è verificata. A commento dell'ultimo fotogramma rappresentato (fig. 4) dò al lettore il testo integrale dei commenti fatti dalla paziente durante l'esecuzione. « E' un vaso — essa disse — dentro c'è una pelle di scimmia da cui sta nascendo un cranio primitivo... è una nascita, dentro ci sono ancora le gambe e le braccia... il villaggio è ribaltato per un'esplosione, questo non avviene senza grande turbamento di certe strutture... l'acqua nel vaso è profondissima... esce uno zampillo di acqua purissima... gli animali, una pecora, un pesce, un coniglio aspettano l'uomo... l'uomo ha tutto da fare ma è felice, i suoi compagni sono primitivi ».

Il processo fin qui in parte descritto si concluse dopo altre composizioni; nell'ultima riapparvero gli elementi maschile e femminile descritti nel primo fotogramma ma il volto femminile ora si era strutturato, vi era una comunicazione con quello maschile ancora primitivo e compariva un chiaro simbolo circolare diviso in quattro parti e sovrastato da un uccello bianco e nero. A questo punto la paziente raggiunse un benessere che non provava da tempo e che le per-

mise una maggiore indipendenza dalla terapia. Con questa si era concluso una prima parte del processo anche se il dialogo con l'elemento maschile non era ancora terminato. Il miglioramento che deriva, in un primo momento, all'espressione dei contenuti e ancor più quando una nuova sintesi si è presentata, viene vissuto dal paziente anche se non fa ancora parte del suo bagaglio razionale. E' indispensabile che il terapeuta sappia in ogni momento in quale fase del processo si è giunti, ma il paziente non deve essere anzi tempo appesantito dalla nozione di quanto sta avvenendo. L'interpretazione precoce, errore che ho commesso, turba il processo in atto e non viene gradita dal paziente. Bisogna ricordare che anche le composizioni, come i sogni, sono spesso anticipatorie, e l'assimilazione da parte del conscio è possibile solo quando questo è in grado di recepirle. Noi potremmo, attraverso un'interpretazione malintesa, appesantire il soggetto degli schemi razionali con cui noi stessi strutturiamo l'acquisizione di quanto avvenuto, invece che metterlo a contatto con quello che di vivo è accaduto. E' per questo che, a mio avviso, il modo migliore per arrivare alla meta della comprensione anche razionale del processo è quello di riproporre tutta la serie di vassoi al paziente invitandolo ad associare liberamente di fronte ad ogni composizione riprodotta. In un tessuto di ricordi e di nuove associazioni (il terapeuta ha presente cosa è accaduto all'atto della composizione) il paziente rifà il cammino percorso e scopre gradualmente da sé quanto è accaduto. Bisogna ricordare che la proiezione vissuta ed estrinsecata nelle composizioni, va ritirata soltanto per gradi per evitare che l'io « che prima era dis-solto nei rapporti con l'ambiente, possa ora dissolversi nei contenuti dell'inconscio collettivo » (11). La resistenza all'interpretazione notata sopra è quindi l'espressione di questa salutare difesa dell'io. Nel concludere questa osservazione mi sembra utile sottolineare qualche aspetto del rapporto paziente-analista nel contesto del gioco della sabbia. Entrambi, paziente ed analista, sono molto attenti ed interes-

(11) C.G.Jung, *Psychotherapy today*. C. W. n. XVI, Pantheon Books, New Yorks 1954, pag.101.



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

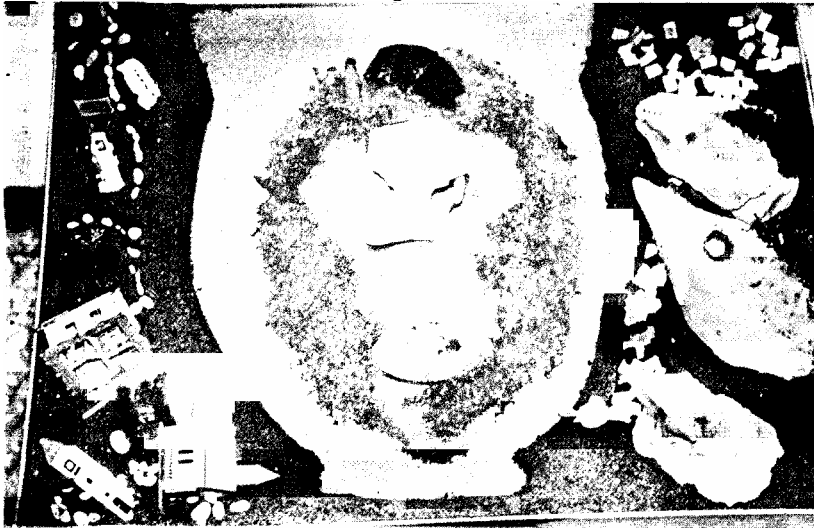


Fig. 4

sati all'« opus » in evoluzione e questo crea un rapporto in cui l'analista diventa l'amico che può dare una mano per riagganciare la realtà in momenti difficili. Con la sua presenza partecipante esso ha una funzione protettiva ed attivante. Il rapporto è meno tormentato ed appesantito da proiezioni archetipiche in cui all'estremo l'analista può essere di volta in volta il padre saggio o il demone tentatore. Sembra quasi che « il campo » della sabbia, assorbendo le immagini archetipiche proiettate liberi il rapporto e lo renda più umano e diretto. Questo favorisce la risoluzione del transfert che è il traguardo finale? Allo stato attuale della mia esperienza direi che questa risoluzione è più agevole con la tecnica della sabbia. Il paziente si è reso conto che il vero artefice è dentro di lui e questo gli crea un impegno nuovo di attenzione ai sogni e all'immaginazioni che possono anche in qualche caso divenire immaginazione attiva come è stata auspicata da Jung.

L'analista scende dal piedistallo in cui è stato confinato e riguadagna un rapporto diretto alla pari anche se « il viaggio » fatto insieme mantiene sempre un rapporto particolare di « amicizia analitica ».

La tecnica della sabbia è immaginazione attiva nel senso inteso da Jung di confronto diretto con la nostra realtà interna. A differenza dell'immaginazione attiva pensata o espressa nei disegni essa presenta dei chiari limiti formali. Si pensi al limite spaziale del vassoio, si pensi alla sabbia che, date le sue qualità intrinseche, per quanto plastica, impone i suoi tempi di esecuzione; si pensi soprattutto alle figure preformate. C'è libertà ma con tutti i limiti obiettivi visti che vanno accettati come regola del gioco. A mio parere questa limitazione nella libertà, questo adattamento al materiale che propone, è la forza della tecnica della sabbia. I limiti impongono un adattamento ed impegno dell'io al materiale e il paziente, per tradurre le sue esperienze interne, le deve così canalizzare e, a mio parere, definire meglio. Nella immaginazione attiva vissuta nell'introspezione anche le immagini seguono le leggi della realtà ma

quanti possono veramente aprirsi a questa esperienza che richiede un Io molto solido? Essa va più direttamente all'immagine ma quanti possono in realtà sopportare questo contatto diretto?

La tecnica della sabbia in questo senso è più alla portata di tutti. La fisicità, la tridimensionalità della composizione, il fatto che possa essere registrata e fotografata, è un altro elemento che rende più intrinsecamente reale il prodotto rispetto all'immaginazione attiva non espressa in forme visibili. La tecnica della sabbia ha poi una certa lentezza nei tempi di esecuzione che permette una più attenta osservazione del fenomeno da parte dell'analista che deve poterne sempre meglio registrare tutti gli aspetti dalla successione delle immagini, ai contesti spontanei, al comportamento. E' questa una qualità che apre una strada a ricerche più precise. In questo senso la tecnica della sabbia può essere un valido mezzo di ricerca.

Il gioco della sabbia, a mio parere, ha aperto veramente una nuova strada per la terapia e l'indagine della psiche. L'esperienza fin qui fatta mi permette di concordare con la Kalff sulle fasi di sviluppo del processo da lei rilevate e già intuite da Neumann. Tutto va ulteriormente sperimentato e veduto e possibilmente paragonato alle esperienze di altri autori. Questa tecnica permette un'attivazione del processo terapeutico e una riduzione dei tempi di analisi. Riguardo alla sua applicabilità per ora posso affermare che si è rivelata inadatta solo nei casi di psicosi latente. Va ancora fatto un accurato studio sulla sua applicabilità in rapporto a quadri clinici diversi; per questo sarebbe auspicabile una sua utilizzazione e sperimentazione negli ambienti psichiatrici.