

# Il gioco della sabbia e l'esperienza psichica

*Ana Antonietta Cervini, Roma*

Quando la struttura del setting analitico include il gioco della sabbia, la sabbiera è generalmente collocata in una parte specifica della stanza, in un'area diversa da quella utilizzata per il dialogo verbale; vicino ad essa si trovano in uno scaffale tanti oggetti, figure di piccole proporzioni, nonché colori per colorare la sabbia ed acqua per modellarla: hanno una funzione di oggetti che saranno utilizzati per esprimere mille cose diverse; e che, in quanto oggetti-giocattolo, impongono il «come».

Quando il paziente utilizza la sabbiera avviene un cambiamento fisico nello spazio determinato dalla coppia analista-paziente, sia che il setting sia strutturato vis-a-vis che con il lettino.

Il paziente si alza per andare nell'area della stanza in cui si trova la sabbiera. Il suo sguardo non è più in rapporto con quello dell'analista, se il setting è vis-a-vis, o non è più privo d'oggetto indeterminato se è disteso sul lettino. Passa ad essere concentrato su quel corpo-sabbia vuoto, con il quale entra in un rapporto privilegiato e può essere attirato dalle figure giocattolo. L'analista rimane seduto nel suo posto abituale ed ha una visione indiretta dell'area. Nel rapporto analista-paziente avviene una decentralizzazione. Questi tre elementi: 1) la presenza dell'analista come osservatore partecipante con una centralità spostata; 2) l'ambiente del setting analitico che offre la sabbiera e gli oggetti; 3) la posizione privilegiata del paziente davanti

alla sabbiera; mi sembra che determinino e favoriscano un transfert caratteristico e specifico, quando si attiva il gioco della sabbia, nel quale il paziente vive un'esperienza psichica assai complessa.

L'analista acquista un ruolo protettivo d'osservatore-testimone del processo e crea la condizione necessaria, un ambiente favorevole, perché il paziente possa prendere contatto con il suo inconscio attraverso le immagini costruite nella sabbia.

La decentralizzazione dell'analista è leggibile nelle pagine in cui Jung parla dell'autoconoscenza come di «una avventura che conduce in spazi di ampiezza e profondità inattese» analoga a quella dell'alchimista per il quale era della «massima importanza avere uno "spirito familiare" benevolo che lo aiutasse nel suo lavoro, e al tempo stesso dedicarsi all'esercizio spirituale della preghiera mentre lavorava» (1).

Questo ruolo «non centrale» dell'analista è stato sottolineato da Winnicott nel 1955 e da Spitz nel 1956, quando hanno segnalato come divenga secondario il rapporto interpersonale con l'analista negli stadi regressivi di attività arcaica e di dipendenza con l'oggetto primario, mentre acquista importanza lo scenario analitico.

Freud nel 1937, in «Costruzione nell'analisi», saggio degli ultimi anni, breve, ma ricco di un'impostazione nuova, come rivisitata in un'altra ottica, sottolinea che «il rapporto di traslazione che si instaura verso l'analista è particolarmente idoneo a promuovere il ritorno di relazioni affettive rimosse; si tratta di materiale onirico, libere associazioni, insight» che definisce «materiale grezzo».

Si sottolinea così, nel rapporto di transfert, il contatto con tutti quei materiali «grezzi», che fanno emergere il rimosso personale. S'intravede anche una ulteriore complessità del rapporto: Freud sottolinea infatti come, in questo processo di costruzione, il lavoro del paziente sia caratterizzato da un dinamismo privilegiato, che gli appartiene. «Ciò che interessa è un quadro, una costruzione della vita del paziente. A questo punto, però, veniamo ammoniti a non dimenticare che il lavoro analitico è costituito da due elementi completamente diversi, che esso si svolge su due scenari separati, che coinvolge due persone, a

(1) C.G. Jung, *MysteriumCo-niunctionis* (1955/56), *Opere*, voi. XIV, tomo I, Torino, Boringhieri, 1989, p. 520.

ciascuna delle quali è assegnato un differente compito... Le condizioni dinamiche di questo processo (la costruzione) sono talmente interessanti che in compenso l'altra parte del lavoro, la prestazione dell'analista, è stata spinta in secondo piano» (2).

(2) S. Freud, «Costruzioni nell'analisi» (1937), *Opere*, voi. XI, Torino Boringhieri, 1979, p. 542.

Nella costruzione è come se i frammenti della vita del paziente si organizzassero intorno ad un centro: diviene più cosciente di sé, può accettare se stesso, riconciliarsi con le circostanze, gli eventi positivi e avversi della sua esistenza, con la sua totalità; la sua storia è una organizzazione creativa del suo vissuto. Per questo la costruzione implica la non proiezione del suo materiale psichico sull'analista. Difatti la sua storia comporta la differenziazione dall'altro, egli comincia a conoscere se stesso, a divenire consapevole di sé.

Si racconta, ma la narrazione dice di più di quello che in realtà descrive, perché acquista un significato simbolico, che rivela il senso di quell'individuo e rimanda a un significato più ampio ed elevato della capacità di comprensione. Non sono forse queste le «condizioni dinamiche così interessanti» nel processo di costruzione, cui accennava Freud?

Jung specifica il ruolo dell'analista in questa decentrazione, dicendo che «è certo necessaria la guida del medico, che può procurare al paziente l'intuizione necessaria per capire le asserzioni del suo inconscio; ma è altresì necessario avere l'esperienza concreta di questo. Egli si trova allora nella situazione dell'apprendista alchimista, il quale viene istruito dal maestro ed apprende da lui tutti i trucchi di laboratorio. Prima o poi però giungerà il momento in cui è necessario che si metta lui stesso all'opera, giacché - come ribadiscono gli alchimisti - nessuno lo potrà fare al posto suo» (3).

(3) C.G. Jung, *Myterium Coniunctionis*, op. cit., p. 527.

L'opera consiste nel confronto con l'inconscio, non solo personale ma anche collettivo, il sistema psicoide, intendendo «l'assolutamente ignoto, quell'inconscio che non ha mai attinto la coscienza. Ma Jung usa l'espressione in un senso specifico... sarebbe quell'area della psiche in cui la psiche stessa sembra mescolarsi con manifestazioni materiali» (4).

Jung sostiene che quest'opera si compie attraverso una

(4) M.L. von Franz, *Psiche e Materia*, Torino, Boringhieri, 1992, pp. 5-6.

prima materia vile, costruita dalle immagini percepite, ed è opera dell'attività immaginativa.

La coscienza prende forza dalle sue verità che poggiano su principi logici o categorici da cui origina la sua sicurezza, la sua autosufficienza. La sabbia invita ad un decentramento dell'Io. Primo passo è avvicinare, affrontare quel corpo senza forma, che si presenta con tutta l'aggressività dell'indifferenziato, che annuncia la realtà dello sconosciuto, quello che l'Io generalmente limita, o lascia avanzare, imponendogli le sue ragioni. Quando il paziente è davanti alla sabbia l'Io deve permettere che, alla sua presenza, la fantasia operi attraverso il corpo, costruisca l'immagine. L'Io non viene annullato: è privato della sua egemonia. Il limite della sabbiera e la presenza dell'analista sostengono l'Io davanti all'inconscio; l'Io diviene spettatore dell'immagine che l'inconscio costruisce, manifestandosi, senza travolgerlo. Jung varie volte sottolinea il pericolo che l'inconscio sopraffaccia l'Io. Credo che il limite della sabbiera e la presenza dell'analista abbiano la funzione di proteggere l'Io da questo pericolo e di fare in modo che per il paziente sia possibile fare esperienza psichica dell'unità mentale, che è l'inizio del processo di individuazione. La sabbiera ha uno spazio limitato, che contiene una materia informe e, nello stesso tempo, plastica. Il paziente tocca, muove la sabbia che acquista vita, confermando la tesi, già aristotelica, che il movimento è vita e la vita è movimento. La fantasia e il corpo imprimono movimento nello spazio esterno concreto della sabbiera. Inizia così una interazione tra il mondo interno e quello esterno. Questa relazione produce una costruzione, un'architettura, più o meno comprensibile per il creatore, che ha vita propria e le cui caratteristiche sono uguali a quelle che Jung attribuisce all'immagine interna: «Un'entità complessa che si compone dei più vari materiali della più svariata provenienza. Essa non è, però, un conglomerato, ma un prodotto in sé unitario che ha un suo proprio significato autonomo» (5). La fantasia del paziente costruisce con il reale esterno una immagine che porta lo scarto tra interno ed esterno, ed apre ad una visione estetica o di comprensione. Il risultato è complesso: è il ricordo del-

l'inizio, quando ogni pezzo veniva fatto, scelto, collocato, che convive, differenziato, con l'impressione dell'opera finita. La sua fisicità, il suo permanere «lì fuori» permette di allargare il campo delle sensazioni e della comprensione che in un primo momento era latente. Favorisce la presa di coscienza, da parte del paziente, della sua individuazione, collocandola nella totalità.

L'immagine è costruita in uno spazio concreto esterno; a volte il paziente manipola la sabbia, altre volte la usa solo come sfondo su cui appoggiare le figure, come uno spazio euclideo attraversato da oggetti. Ma, a costruzione completa, lo spazio è un tutt'uno con la composizione. C'è una sovrapposizione di spazio reale e spazio concettuale che da quel momento si converte in spazio simbolico. Lo spazio limitato della sabbiera ha un ruolo attivo, interagisce con le figure che si formano o si depositano. È un contenitore ma, allo stesso tempo, è contenuto nell'immagine. Contiene la fantasia del paziente ma deve essere contenuto, introiettato dal paziente, perché si crei l'immagine. Il limite spaziale della sabbiera diventa costituente, fa da briglia alla fantasia introducendo un modello, un ordine. La costruzione non avviene solo nello spazio della sabbiera, ma «con» il suo spazio; perciò è uno spazio strutturante e allo stesso tempo uno spazio intermedio, simbolico, tra il dentro ed il fuori. Il limite dell'oggetto sabbiera determina l'interazione del soggetto, ma questa sua azione modifica il limite dell'oggetto, perché non è più solo limite della sabbiera, ma è parte costitutiva dell'immagine. Perciò la prima alterazione provoca una interazione, alla quale segue un'altra interazione. Questa esperienza si fa continuamente nel gioco della sabbia, dal primo approccio alla costruzione di ogni figura; si ripete anche nella successione delle sabbie, quando il paziente introduce un elemento nuovo, al primo sguardo «vile», senza significato. Nelle sabbie successive troviamo però la grande rivoluzione che ha portato.

Credo che solo queste poche riflessioni ci autorizzano a dire che «fare la sabbia» è fare «esperienza psichica», e allo stesso tempo è creare un simulatore delle leggi dell'esperienza psichica che, come ogni simulatore, rimanda ad altro, alla relazione tra coscienza ed inconscio, dove

gli opposti interagiscono e si congiungono nel simbolo. Occorre però spogliare il simbolo delle funzioni di «sintesi», nella accezione riduttiva portata dall'astrazione speculativa, ed imprimere ad essa il movimento del simbolico che appunto, come un ponte, unisce ma non distrugge le due rive, e il terzo aggiunge altra realtà, senza adombrare le due funzioni antecedenti, anzi ampliandole. Allora il simbolo è lo sfondo, la base reale concreta delle future «incarnazioni».

Accanto alla sabbiera si trovano degli scaffali con tanti oggetti, una specie di «supermarket» dell'immaginario, come lo ha definito un bimbo.

Sono oggetti i più vari, di piccole dimensioni, che già impongono il come e rimandano ad altro.

Evidenziano un «oltre» il valore di uso, un «oltre» il valore di scambio sociale, per lasciarsi impregnare del valore del paziente. La concomitanza di questi «oltre» rimanda, però, al trascendente che, a sua volta, restituisce il valore di uso, di scambio sociale ed individuale. L'oggetto acquista un riordinamento simbolico e pragmatico. Credo che questa operazione sia favorita anche dall'accumulo quantitativo, dell'essere oggetti ammassati gli uni accanto agli altri. Nel caos il paziente sceglie secondo il suo desiderio, ma anche per quanto l'oggetto mostra di sé. Questo ci colloca fuori del valore assoluto del soggetto, proprio del pensiero moderno, e fuori del valore assoluto dell'oggetto, tipico del mondo antico. È concomitanza di valori individuali e sociali, del dentro e fuori del soggetto e dell'oggetto. Anche qui appare l'ambivalenza del simbolico che, pur unendo in un continuo, allo stesso tempo definisce.

Le figure sono scelte con lo sguardo e con il tatto; anche l'immagine della sabbia è costruita con lo sguardo ed il tatto: c'è una continuità tra il visivo ed il tattile. La percezione visiva è il senso che permette di conoscere attraverso la distanza. L'esperienza tattile è un'organizzazione sensoriale, antecedente, che obbliga ad un avvicinamento tra soggetto ed oggetto. Ma le ripercussioni cinestetiche operano modificazioni di struttura, basti pensare all'effetto farfalla di Lorenz; creano un continuo, un'interazione tra me e l'altro da me.

Quando il paziente costruisce l'immagine modellando la sabbia o usando gli oggetti, rappresenta una scena in cui è attore e spettatore. Crea quello che l'emozione vuole, ma anche quello che la sabbiera gli permette ed è spettatore dell'opera. La scena costruita è troppo sua per essere «falsa», è troppo «falsa» per avere l'intensità drammatica della scena, permettendogli di fare un'esperienza di distanza che apre alla visione estetica o di comprensione.

L'apprendista alchimista ha dominato la materia e con essa ha dato forma all'emozione; ha creato qualcosa che gli sfugge. Il soggetto vibra insieme con l'opera, la sua psiche si è materializzata; trascendenza e corpo sono un tutt'uno nella visione estetica.

Non è estetico in quanto bello o brutto, ma in quanto animato: gli «dice» un oltre quello che voleva dire. Ricordo una paziente che aveva costruito una sabbia che non «diceva» niente alla sua comprensione. La seduta successiva inizia dicendo: «Ho dovuto fare il cambio di stagione; per me è una fatica immensa, nella quale sempre mi sento persa, sopraffatta da tutto quel disordine che si crea. Questa volta l'ho fatto come se facessi la sabbia e non ho perduto la pace; anzi sono stata contenta». L'estetica rende vivo l'oggetto, lo spiritualizza, c'è una commozione tra oggetto e soggetto. Non lo proviamo davanti alla sedia di Van Gogh o alla candela di Picasso? Jung sostiene che non basta il rapporto estetico con l'immagine; è compito dell'analista favorire la comprensione, il giudizio critico sulle immagini, un'apertura di senso, quindi, integrando nella coscienza quelle intuizioni che l'inconscio personale e collettivo hanno rivelato. Il setting terapeutico, la presenza dell'analista, il limite della sabbiera racchiudono l'esperienza psichica e costellano prevalentemente l'archetipo del Sé. Nel confronto con l'immagine costruita il paziente può entrare in rapporto con il fondo oscuro e numinoso del Sé, conquistando così il proprio Sé. Ciò lo rende più sicuro ed autonomo (6).

(6) C.G. Jung, *Mysterium Co-niuctionis*, op. cit., p. 530-531.