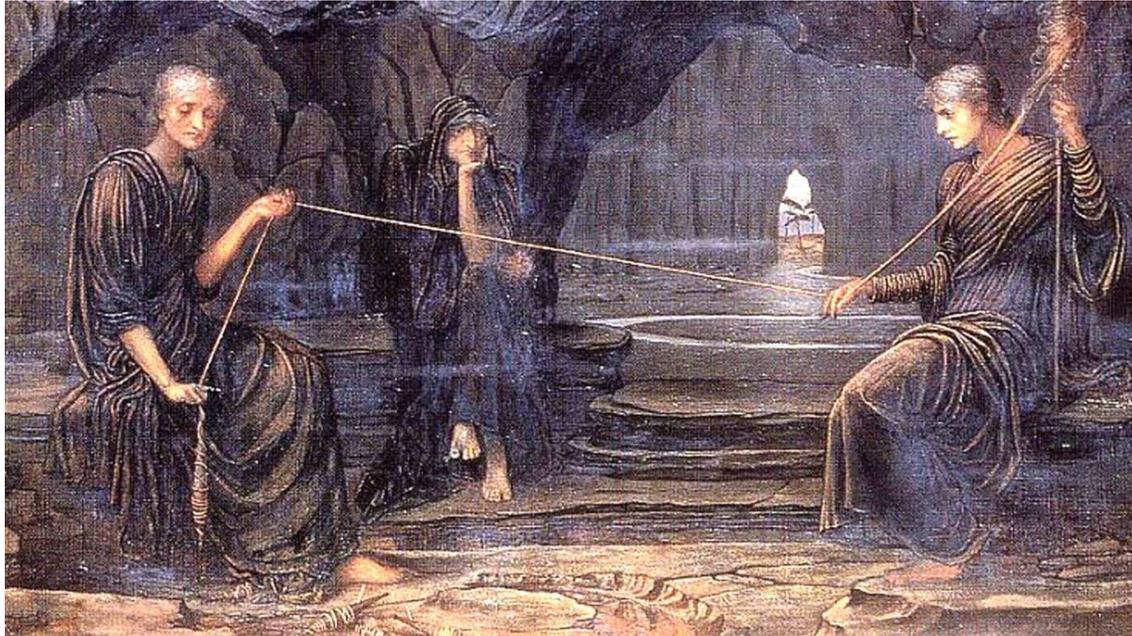


IL PROCESSO DI INDIVIDUAZIONE SECONDO C. G. JUNG. UN APPROCCIO Enzo Barillà



John Strudwick, A golden thread, 1885

Afferma il filosofo Giovanni Reale che “il mito esprime in modo immaginifico verità eterne”¹. Per questo ho creduto opportuno iniziare queste note riportandomi al mito di Er per cercare di cogliere l’eterna verità in esso contenuto. Da quel porto sicuro cercherò di dirigere la vela verso il pensiero di C. G. Jung con l’aiuto di altri che prima di me hanno affrontato l’individuazione, questo tema centrale e ultimo approdo del grande psicologo svizzero, talmente importante da indurre Ernst Bernhard a definire la “psicologia analitica” junghiana come “psicologia del processo di individuazione”².

Riporto ora il sommario del mito, riprendendolo *verbatim* da un prezioso libriccino.

«Non c’è testo che meglio favorisca l’approccio al nostro argomento che il mito di Er l’Armeno, che Platone pone a conclusione della Repubblica. Esso ha attraversato i secoli mantenendo intatto il suo potere di suggestione.

Esso narra il caso singolare di un guerriero caduto in battaglia e dato per morto, al quale accade di ritornare in sé dopo diversi giorni e di ricordare quanto aveva veduto nell’aldilà.

Un motivo in più per provare interesse al racconto fatto da Er sta nel confronto che può essere fatto con le cosiddette esperienze di pre-morte, descritte da un certo filone di saggistica di oggi, che ha avuto successo. Per quanto si possa essere scettici al riguardo, in questo successo e da vedere la spia di un bisogno diffusamente sentito. Il bisogno di trovare risposta a certi interrogativi fondamentali.

Nel resoconto di chi quelle esperienze ha vissuto torna frequente la testimonianza di quanto esse siano valse a cambiare in profondità l’orientamento di vita. A un tale risultato concorrerebbe: in primo luogo, l’aver realizzato di non essere in questo mondo un semplice prodotto insignificante del caso; in secondo luogo, l’aver ampliato l’orizzonte entro cui collocare la propria personale avventura di vita; in terzo luogo, l’aver compreso come tutte le circostanze, lungo le quali il corso della propria vita si andava dipanando, belle o brutte che fossero, erano, ad un tempo, tanto qualcosa di *necessario*, quanto qualcosa di *giusto*, quanto qualcosa di *provvidenziale*. Donde un appagamento e una serenità

¹ Giovanni Reale, *Il mito di Er*, lectio magistralis tenuta al Festivalfilosofia del 2010.

² Hélène Erba-Tissot, prefazione a Ernst Bernhard, *Mitobiografia*, Adelphi, Milano, 1969, p. XI.

che più nulla avrebbe intaccato.

Ebbene, anche il mito di Er vuole essere salutare in questo senso, facendo sì che, ognuno che l'abbia compreso traendone profitto, fin d'ora viva felice «amico a sé stesso e agli dei», ovvero riconciliato con la realtà.

Vediamo, anzitutto, che cosa questo mito racconta. Uscita dal corpo, l'anima di Er era giunta in un luogo meraviglioso, come un prato, dove convenivano, per essere giudicate, le anime di coloro che avevano portato a termine un'esistenza terrena. Esse venivano, poi, avviate o a scontare sottoterra la pena per i loro misfatti oppure a godere in cielo il premio per i loro meriti. Insieme, sopraggiungevano le anime di coloro che, trascorso il periodo già loro assegnato sottoterra o in cielo, si accingevano a reincarnarsi per tornare a vivere una nuova esistenza terrena. Tutte queste anime si venivano incontro in un clima festoso, scambiandosi notizie sulle rispettive esperienze.

Trascorsi alcuni giorni sul prato, i candidati a una nuova esistenza andavano a raggiungere un punto luminoso dove avevano la visione del corso delle sfere celesti governato da Ananke, personificazione dell'ordine cosmico. Accanto a lei le Moire³: Lachesi, Cloto e Atropo.

Alle anime un araldo rivolgeva questo breve discorso:⁴

Parole della vergine Lachesi, figlia di Ananke: anime, che vivete solo un giorno (ephémeroi) comincia per voi un altro periodo di generazione mortale, portatrice di morte (thanotéphòron). Non vi otterrà in sorte un dàimon, ma sarete voi a scegliere il dàimon. E chi viene sorteggiato per primo scelga per primo una vita, cui sarà necessariamente congiunto. La virtù (areté) è senza padrone (adéspton) e ciascuno ne avrà di più o di meno a seconda che la onori o la spregi. La responsabilità è di chi sceglie; il dio (theos) non è responsabile.⁵

«Il demone che viene assegnato a ciascuna anima come compagno e guardiano è la personificazione del suo destino. Di quel destino che è vero che ciascuno ha scelto da sé, ma che, una volta che ciascuno è stato immesso nella dimensione temporale, si sottrae all'Io della coscienza ordinaria. A quest'ultima i casi che via via sopravvengono appaiono, in linea di principio, piuttosto alla stregua di una mera successione fortuita e non già governata da un *logos*, cioè da una ragione superiore dalla quale prendono significato.

Ma è proprio questa che, in realtà, guida i casi e le circostanze dell'esistenza individuale; e, per quanto, il più delle volte, essa non collimi con le intenzioni coscienti del soggetto, può accadere che quest'ultimo, a un certo momento, riesca ad avvertire oscuramente la presenza di una guida misteriosa sul suo cammino. Un passo importante verso la saggezza di vita è compiuto quando si pervenga a comprendere che il proprio destino non va contrastato; ma va, invece, detto di sì ad ogni evento che occorra, che sia conforme o meno ai nostri desideri.»⁶

«Per potere sopportare la sofferenza la sola risorsa è riuscire a darle un senso. Nel nostro mito alla sofferenza è attribuita una funzione salutare. Ricordiamoci che proprio le anime che avevano

³ Le Moire, come del resto le Parche e le Norne, vengono raffigurate nell'atto di filare. Osserva Aldo Magris: «L'analogia fra tessuto e destino è uno dei simbolismi più belli e più profondi con cui l'uomo mitologico ha cercato di interpretare il proprio essere. Chi ha osservato il lento, paziente, regolare formarsi della stoffa sul telaio forse non ha potuto non considerare l'analogia con il processo della vita umana, dove un'intima logica connette insieme gli eventi più diversi e più imprevedibili componendo il costruito variegato, ma perfettamente organico e coerente dell'esistenza. Solo in base a questa esperienza concreta il "tessuto" è diventato l'immagine di qualcosa che un Dio produce intrecciando i fili disparati della vita, e il fuso e la conocchia hanno potuto essere i principali attributi delle Dee del destino.» (Aldo Magris, *L'idea di destino nel pensiero antico*, Del Bianco editore, Udine, p. 51)

⁴ Adriano Lanza, *Il demone toccatoci in sorte*, Moretti & Vitali, Bergamo, 2006, p. 36, 37.

⁵ La traduzione dal greco del discorso dell'araldo è di Maria Chiara Pievatolo, in *Lo straordinario racconto di Er*, <https://btfp.sp.unipi.it/dida/resp/ar01s50.xhtml>, s.d.

⁶ Adriano Lanza, *op. cit.*, p. 40.

sofferto si erano dimostrate più accorte nel compiere una nuova scelta di vita.»⁷

In questi brani l'Autore tocca alcuni argomenti basilari che ritroveremo affrontando più specificamente il concetto di individuazione; ci verranno in aiuto le parole dello stesso Jung, dei suoi allievi diretti e degli studiosi che al suo pensiero si sono ispirati.

In primo luogo la figura del demone (*daimon* o *daimonion*). Poi l'idea dell'accettazione degli eventi, anche i più dolorosi, che costellano il nostro cammino. In terzo luogo, la funzione della sofferenza nel quadro dell'adempimento del proprio destino.

Ma prima ancora, occorre domandarsi perché il guerriero, già morto, fu mandato a riportare la sua esperienza ai viventi. A quest'ultimo interrogativo credo si possa rispondere invocando una funzione pedagogica esercitata dagli dèi: sarebbe pertanto una concessione, un aiuto al fine di informare gli esseri umani su ciò che li attende nel regno dell'aldilà in modo che possano, ivi giunti, fare le giuste e consapevoli scelte per le reincarnazioni a venire.

Il *daimon*, nell'ottica platonica è una strana figura, non ben del tutto delineata. Ce ne dà una convincente descrizione Simonetta Fontana, tuttavia esclusivamente riferita al *daimon* di Socrate. Leggiamo:

«...le modalità di intervento del *segno demonico* che sono sempre di tipo ostativo: esso funziona per lo più come causa impediante che non spinge mai all'azione, ma anzi lo trattiene, o meglio lo allontana.

Lascia nel vago la definizione della sua natura: si tratta di una voce da cui Socrate si dice ispirato e che parla dentro di lui, ma non è di natura esclusivamente interiore, come è dimostrato dall'espressione, *un che di divino e di demonico*, che rinvia ad una realtà oggettiva ed in qualche modo esterna. Contribuisce a creare indeterminatezza l'uso del neutro, anche altrove usato nella sua funzione aggettivale.

Il demonico opera come un potere "sovra-naturale" di cui Socrate ha consapevolezza fin dalla fanciullezza e della quale ha più volte accennato nel suo vario girovagare pedagogico-dialogico. È pure evidente che è una forza operante in determinati momenti e penetra in lui dall'esterno, ma in modo del tutto indipendente dalla sua volontà; né d'altronde il suo intervento sembra a Socrate prevedibile e non è chiaro il meccanismo che è sotteso ai suoi interventi.

Non agisce come un ragionamento – la sua opposizione, in quanto forza, è immediatamente operativa – semmai la sua azione è convalidata da un ragionamento *a posteriori* che porta Socrate a valutare positivamente le conseguenze dell'intervento.

Infatti, nonostante la determinazione in negativo della forza, essa consegue effetti benefici per Socrate: come egli stesso ammette spesso è stato frenato dalla voce, nonostante una sua precisa volontà di agire, ma quel che più conta è che la voce lo ha distolto dall'agire politico, evitandogli così la rovina.»⁸

Sembra alquanto diverso il *daimon* raccontato nel mito di Er.

«Nel "mito di Er" della *Repubblica*, il Filosofo [Platone] spiega che l'anima, una volta scelta, prima di incarnarsi, il tipo di vita che dovrà compiere, riceve un *daimon* come compagno, incaricato di determinare le circostanze oggettive e le azioni fatalmente conseguenti a tale scelta. La vita di ognuno, allora, è sì da un certo punto di vista governata dal destino, cioè dal suo demone, ma questo destino e questo demone è la conseguenza di una scelta che, secondo Platone, *non era a sua volta condizionata da un destino*. Così da forza trascendente il demone nel platonismo diventa una realtà

⁷ *Idem*, p. 41.

⁸ Simonetta Fontana, *Il Daimonion di Socrate*, Aion XXVI 2004, Istituti editoriali e poligrafici internazionali, Pisa Roma, 2005, p. 5, 6. Ho ommesso di riportare i termini greci inclusi dall'Autrice nel brano citato.

psicologica e morale, e precisamente quella sfera dell'“interiore” che è la parte migliore di noi, il nostro vero e più profondo io.»⁹

Siamo ora pronti ad avvicinarci alla sfera più propriamente psicologica.

Sono rari i riferimenti diretti alla figura del daimon nell'opera di Jung. Nell'Opera Omnia ne risultano molto pochi, salvo errore.

«Le parole greche *daimon* e *daimonion* esprimono una potenza, una forza determinante, che si presenta all'uomo dall'esterno, come la provvidenza e il destino, mentre la decisione etica è riservata all'uomo. Egli deve però sapere che cosa decide e che cosa fa: allora, quando obbedisce, non segue soltanto la propria opinione e, quando respinge, non distrugge soltanto qualcosa di sua invenzione.»¹⁰

«Alla fin fine che cosa spinge un uomo a scegliere di seguire la propria strada e a emergere dall'identità inconscia con la massa come da una cappa di nebbia? ... È ciò che comunemente si definisce *vocazione*; un fattore irrazionale, che fatalmente spinge a emanciparsi dalla massa e dalle strade già battute. ... Questa vocazione tuttavia opera come una legge divina, cui non c'è deroga. Il fatto che moltissimi seguendo la propria strada finiscano in rovina, non significa nulla per chi ha una vocazione. Egli deve ubbidire alla propria legge, come se fosse un demone a suggerirgli nuove, straordinarie strade. Chi ha una vocazione sente la *voce della sua interiorità*, è *chiamato*. Perciò la tradizione vuole che egli abbia un proprio demone, da cui riceve consiglio, e ai cui ordini deve ubbidire.»¹¹

Marie-Louise von Franz, da alcuni considerata la più importante allieva del Maestro svizzero, arriva addirittura a stabilire un preciso significato psicologico del daimon socratico.

«Alla luce delle nostre attuali conoscenze psicologiche, dovremmo essere propensi a equiparare il “demone” di Socrate a una parte della sua personalità inconscia o addirittura al suo Sé, e io sono convinta che, in linea di massima, questa sia l'interpretazione giusta.»¹²

È giunto il momento di entrare più specificamente nel tema di questo articolo, ossia il processo di individuazione.

Jung ne offre una definizione insolitamente chiara di individuazione quando scrive:

«Individuarsi significa diventare un essere singolo e, intendendo noi per individualità la nostra più intima, ultima, incomparabile e singolare peculiarità, diventare sé stessi, attuare il proprio Sé. “Individuazione” potrebbe dunque essere tradotto anche con “attuazione del proprio Sé” o “realizzazione del Sé”. ... Il termine “individuazione” può quindi indicare soltanto un processo psicologico che adempie destini individuali dati, ossia che fa dell'uomo quel determinato essere singolo che è.»¹³

Da qui inizia la problematica e conseguente difficoltà a comprendere che cosa sia il Sé a cui Jung allude. Occorrerà frugare nella sua vasta opera i riferimenti che possano darcene un'idea, eppure sempre sommaria e mai definitiva. Non deve quindi stupire se il grand'uomo sembra a un certo momento aver gettato la spugna allorché affermava: “Ma che cos'è l'individuazione? È un grande

⁹ Aldo Magris, *L'idea di destino nel pensiero antico*, Del Bianco editore, Udine, p. 61.

¹⁰ Carl Gustav Jung, *Aion*, vol. IX/2, Boringhieri, Torino, 1982, p. 27.

¹¹ Carl Gustav Jung, *Il divenire della personalità*, vol. XVII, Boringhieri, Torino, 1991, p. 170, 171.

¹² Marie-Louise von Franz, *Sguardo dal sogno*, Cortina, Milano, 1989, p. 55.

¹³ Carl Gustav Jung, *L'io e l'inconscio*, vol. VII, Boringhieri, Torino, 1983, p. 173, 174.

mistero, un concetto limite: non sappiamo che cosa sia.»¹⁴

«Il Sé è la somma ipotetica di una totalità indescrivibile, una metà della quale è costituita dalla coscienza dell'Io e l'altra dall'Ombra. Quest'ultima, per quanto si possa stabilire empiricamente, si presenta per lo più come una personalità inferiore o negativa. Essa comprende quella parte dell'inconscio collettivo che sconfinava nella sfera personale, dove forma il cosiddetto inconscio personale. L'Ombra rappresenta per così dire il ponte verso la figura dell'Anima che è solo relativamente personale e, al di là di questa, verso le figure impersonali dell'inconscio collettivo. Il concetto, essenzialmente intuitivo, del "Sé" comprende coscienza dell'Io, Ombra, Anima e inconscio collettivo in un'estensione indeterminabile. Come totalità il Sé è una *coincidentia oppositorum*; esso è perciò chiaro e scuro, e al tempo stesso né l'uno, né l'altro.»¹⁵

«Il Sé potrebbe essere caratterizzato come una specie di compensazione per il conflitto fra l'interno e l'esterno; formulazione non impropria, in quanto il Sé ha il carattere di un risultato, di una meta conseguita, di qualcosa prodottosi a poco a poco e divenuto sperimentabile con molte fatiche. Pertanto il Sé è anche la meta della vita, perché è la più perfetta espressione della combinazione fatale che si chiama individuo... Quando si riesce a sentire il Sé come un irrazionale, come un ente indefinibile, al quale l'Io non è né contrapposto né sottoposto ma pertinente, e intorno al quale esso ruota come la terra intorno al sole, allora la meta dell'individuazione è raggiunta. Quando si riesce a "sentire", dico, perché così definisco il carattere percettivo della relazione fra l'Io e il Sé. In questa relazione non c'è nulla di conoscibile, perché noi non possiamo dir nulla circa i contenuti del Sé. L'Io è l'unico contenuto del Sé che conosciamo. L'Io individuato si sente oggetto di un soggetto ignoto e superiore. A me pare che la constatazione psicologica giunga qui al suo termine estremo, perché l'idea di un Sé è già essa stessa un postulato trascendente, che si può giustificare psicologicamente, ma non dimostrare scientificamente. ... Al Sé, dunque, bisogna dare almeno il valore di un'ipotesi ... E quand'anche dovessimo restare anche qui chiusi in un'immagine, sarebbe un'immagine potentemente viva, a interpretare la quale le mie forze non bastano.»¹⁶

«Per quel che la totalità dell'uomo, il suo "Sé", possa intrinsecamente significare, questo "Sé" costituisce empiricamente un'immagine dello scopo della vita prodotta spontaneamente dall'inconscio, al di là dei desideri e dei timori della coscienza. Esso rappresenta lo scopo dell'uomo totale, vale a dire la realizzazione della sua totalità e della sua individualità, consenziente o meno la sua volontà. Forza motrice di questo processo è l'istinto che provvede affinché tutto quanto deve far parte di una vita individuale ne faccia effettivamente parte, sia con, sia senza il consenso del soggetto, sia che questi abbia sia che non abbia coscienza di quanto sta avvenendo. È ovvio che soggettivamente si abbia una grande differenza se si sa quel che si sta vivendo, se si comprende quello che si fa e se ci si dichiara responsabili di quello che ci si propone di fare o che si è già fatto, oppure, al contrario, non avvenga nulla di tutto ciò. Quale sia la differenza tra la coscienza e l'assenza di questa, l'ha espresso in maniera molto completa una frase di Cristo: "Se sai quello che fai, sei beato, ma se non sai quello che fai sei esecrando e un trasgressore della Legge."¹⁷ L'incoscienza non vale mai come scusa dinanzi al giudizio della natura e del destino; anzi, al contrario, viene colpita da gravi pene e perciò tutta la natura inconscia aspira ardentemente alla luce della coscienza, che tuttavia le ripugna tanto.

Certamente la presa di coscienza di quanto sta nascosto e di quanto viene tenuto segreto ci mette di fronte a un conflitto insolubile; tale perlomeno esso appare alla coscienza. Ma i simboli usciti

¹⁴ Carl Gustav Jung, *Lo Zarathustra di Nietzsche*, vol. I, Boringhieri, Torino, 2011, p. 223.

¹⁵ Carl Gustav Jung, *Mysterium coniunctionis*, vol. XIV/1, Boringhieri, Torino, 1989, p. 105, nota n. 66.

¹⁶ Carl Gustav Jung, *L'io e l'inconscio*, cit., p. 235, 236.

¹⁷ *Codex Bezae*, interpolazione a Luca 6. 4. (Nota dello stesso C. G. Jung)

dall'inconscio, che appaiono nei sogni, indicano la necessità di porre a confronto i contrari, mentre le immagini della meta rappresentano la loro armonizzazione ben riuscita. Qui ci giunge, da parte della nostra natura inconscia, un aiuto empiricamente costatabile. È compito della coscienza comprendere queste allusioni. Ma anche quando ciò non avviene, il processo d'individuazione continua, con la differenza che ne diveniamo le vittime e che veniamo trascinati verso quella meta inevitabile che avremmo potuto raggiungere invece con i nostri stessi mezzi, sol che avessimo di tanto in tanto consacrato un po' di fatica e pazienza al tentativo di comprendere i *numina* della via del destino.»¹⁸

Si noterà che in questo brano il Maestro svizzero introduce l'idea dell'ineluttabilità dello svolgimento del processo di individuazione, tuttavia con fondamentali differenze rispetto al risultato finale a seconda della presenza o mancanza di consapevolezza del soggetto. Ritornerò in argomento.

«La totalità dell'individuo è un concetto molto difficile. Psicologicamente corrisponderebbe alla totalità dell'Io conscio e dell'inconscio, che assieme formano il Sé. Dal momento che l'inconscio ha una natura piuttosto indistinta, non si possono mai tracciarne con esattezza i confini e, poiché corrisponde anche a sé stessi, è molto difficile darne una spiegazione razionale. Il concetto psicologico del Sé può essere grosso modo descritto come un'area arbitrariamente circoscritta dell'inconscio collettivo. È come se parti dell'inconscio collettivo fossero selezionate da una forza sconosciuta, una sorta di monade viva che compie una cernita fra gli elementi dell'inconscio collettivo. Grazie a questa cernita, quegli elementi, che in precedenza erano indistinguibili dagli altri elementi dell'inconscio, se ne separano come a opera di un cerchio magico. Questa selezione, e l'esclusione di ciò che non è pertinente, è quello che definiamo il processo di individuazione. Viene così a formarsi una sorta di cerchio magico a protezione del centro, in altre parole del Sé, dall'esterno, dall'inconscio collettivo. [...] È molto difficile capire o spiegare la struttura del Sé, perché i suoi contenuti hanno una natura collettiva, pur facendo parte dell'individuo.»¹⁹

«La psicologia culmina necessariamente nel processo evolutivo caratteristico della psiche, che consiste nell'integrazione dei contenuti suscettibili di diventare coscienti. Questo significa il “farsi totale” dell'uomo psichico, le cui conseguenze sono tanto singolari quanto difficili da descrivere per la coscienza dell'Io. Io dubito di poter descrivere adeguatamente il mutamento del soggetto sotto l'influenza del processo d'individuazione. Si tratta infatti di un evento relativamente raro che sperimenta solo colui che ha vissuto fino in fondo il faticoso confronto con le componenti inconscie della personalità. Quando parti inconscie della personalità vengono rese coscienti, ne risulta non solo un'assimilazione di queste parti alla personalità dell'Io già esistente da tempo, ma più ancora un mutamento di quest'ultima. ... il processo d'individuazione è un fenomeno limite della psiche, e richiede condizioni particolarissime per diventare cosciente.»²⁰

«La sintesi di contenuti coscienti e inconsci e il rendere coscienti effetti archetipici sui contenuti della coscienza rappresenta il risultato più alto degli sforzi psichici e della concentrazione di forze psichiche, quando viene compiuta consapevolmente. ... L'“immaginazione attiva” ci pone in condizione di scoprire l'archetipo, e precisamente non mediante uno sprofondamento nella sfera istintuale, che porta soltanto a un abbassamento di coscienza incapace di conoscenza o peggio ancora a un surrogato intellettualistico degli istinti.»²¹

«Scopo del processo di individuazione è la sintesi del Sé. Secondo un altro punto di vista, al termine “sintesi” sarebbe preferibile il termine “entelechia”. Vi una ragione empirica per cui quest'ultima

¹⁸ Carl Gustav Jung, *Risposta a Giobbe*, vol. XI, Boringhieri, Torino, 1979, p. 440, 441.

¹⁹ Carl Gustav Jung, *Visioni. Appunti del Seminario tenuto negli anni 1930-1934*, Ma.Gi., Roma, 2004, p. 280, 281.

²⁰ Carl Gustav Jung, *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*, vol. VIII, Boringhieri, Torino, 1976, p. 240, 242.

²¹ *Idem*, p. 228.

espressione potrebbe risultare più adatta: i simboli della totalità si presentano spesso all'inizio del processo di individuazione, anzi sono già osservabili nei sogni della piccola infanzia. Quest'osservazione depone per una esistenza a priori della potenziale totalità, per cui risulterebbe opportuno il concetto di entelechia. Dato però che il processo d'individuazione si svolge empiricamente come una sintesi, è come se, paradossalmente, qualcosa di già esistente dovesse essere ancora composto. Per questo si può usare anche il termine "sintesi".»²²

In quest'ultimo brano appare il termine "entelechia" collegato al processo di individuazione, termine che sarà utilizzato prevalentemente da Ernst Bernhard, il quale – pur collegandosi al pensiero di Jung – porterà avanti un discorso suo proprio caratterizzato da interessanti e originali considerazioni che fanno entrare in gioco, tra l'altro, il concetto di karma. Leggiamo pertanto alcuni brani di Bernhard.

«La via all'individuazione o alla *unio* si fa tanto più faticosa e pericolosa quanto più l'uomo si avvicina alla meta (o per dir meglio, ai suoi propri confini), perché è appunto una via che non è mai stata ancora percorsa, e dove le esperienze degli altri non valgono. Separazione e isolamento, solitudine e abbandono sono i suoi contrassegni.»²³

«Il processo di individuazione trova la sua corrispondenza più generale nella successione delle varie fasi dell'età dell'uomo, legate a un continuo accrescimento di coscienza; processo che passando da una fase all'altra culmina nella saggezza della vecchiaia, e, superando con la morte ogni legame terreno, termina idealmente nel Sé. Il processo d'individuazione rappresenta quindi il fondamento archetipo generale di ogni esistenza umana. Che esso si rivolga consciamente alla integrazione della personalità – e fino a che punto e in quale forma – è un fatto subordinato al carattere di una civiltà e alla capacità di sviluppo del singolo individuo. La meta ideale a cui tende il processo d'individuazione è quella della totalità individuale; questa consiste nell'accettazione e nella realizzazione di tutti gli elementi e di tutti gli strati che si trovano in noi – siano essi alti o bassi – e nel loro ordinamento armonioso intorno a un centro, il Sé. Ideale in aperta opposizione con il Super-io (Freud), espressione di un ethos generale e collettivo, che, in contrasto con la struttura individuale del singolo, lo costringe, sopprimendo qualsiasi elemento divergente, a riconoscere il suo contenuto senza avere riguardo alla propria totalità e particolarità psichica.»²⁴

«Il processo d'individuazione è quindi accompagnato da una crescente responsabilità individuale; questa è una delle grandi "fatiche" e uno dei grandi rischi della "via Lunga" (per usare un termine alchimistico). Sembra proprio che nei momenti decisivi del suo destino l'uomo venga regolarmente esposto a un conflitto morale, affinché egli, opponendosi a una posizione etica precedente, passi a un ethos più individuale. Non sono pochi coloro che per tutta la vita rimangono presi nelle maglie di un tale conflitto.»²⁵

«Ora però non ci sono soltanto entelechie personali, individuali e karmiche e le loro combinazioni nell'uomo singolo, ma anche entelechie collettive, ad esempio delle nazioni. Anche a queste l'individuo è legato e anche qui si manifesta un conflitto tra le diverse entelechie. In un processo d'individuazione l'entelechia collettiva viene usata per così dire come materiale per la realizzazione dell'entelechia individuale; con la vittoria dell'entelechia collettiva quella individuale viene costretta al servizio di quella collettiva. Si trova qui la stessa problematica che nel confronto tra l'entelechia

²² Carl Gustav Jung, *Psicologia dell'archetipo del fanciullo*, vol. IX/1, Boringhieri, Torino, 1980, p. 158.

²³ Ernst Bernhard, *Mitobiografia*, Adelphi, Milano, 1969, p. 55.

²⁴ *Idem*, p. 151.

²⁵ *Idem*, p. 152.

individuale e l'entelechia karmica. Si potrebbe anche estendere il concetto di entelechia karmica fino all'inizio primordiale e considerare gli archetipi dei genitori come l'ultimo esponente di tutta l'infinita catena karmica che attraverso essi affronta praticamente il conflitto. Questa catena di entelechie diventa dunque sempre più collettiva via via che trascorre a ritroso, attraverso l'animale, la pianta e il minerale, terminando infine nell'inizio primordiale.»²⁶

«L'entelechia è libera. Il suo ultimo rappresentante in me è la tendenza all'individuazione. In quanto la seguo sono libero. Seguire questa tendenza è l'unica libertà. Ma poiché essa è sopra-personale (ossia poiché la tendenza all'individuazione non proviene dal mio Io) non vi è una libertà personale, sebbene una impersonale che io posso sperimentare come libertà entro una amorosa necessità. Sotto il punto di vista temporale e delle diverse diramazioni dell'entelechia, vi sono, se così si può dire, diversi gradi di libertà. Così, ad esempio, il passato in certo senso non è libero e si sperimenta la tendenza all'individuazione, nella lotta con il karma, come libertà e libera decisione. Questo è il sottofondo psicologico del comune sentimento di libertà del volere. Ma in una vera considerazione entelechiale il presente influisce anche sul passato, e una trasformazione in epoca più tarda dell'entelechia ormai entrata nella realtà attraverso pensieri o azioni è provata anche empiricamente nel mutamento delle linee della mano, e meno materialmente nel processo psicoanalitico della risoluzione dei sogni dell'infanzia.»²⁷

«Vi è una libertà assoluta, immediata: entelechia individuale (sopra-personale); una libertà assoluta, mediata: l'Io in relazione a questa entelechia individuale; una libertà relativa: le entelechie karmiche nei loro diversi strati e diramazioni in relazione tra loro, all'Io e alla entelechia individuale. Per la comprensione del mondo dei fenomeni e degli accadimenti sono possibili e necessari diversi piani di considerazione. Ad esempio, considerazione pragmatica dal punto di vista dell'Io, considerazione dal punto di vista del confronto tra Io ed entelechia individuale, tra entelechia individuale e karmica nei loro diversi piani, causale, finale e via dicendo.

Consideriamo il punto di vista praticamente più importante, il confronto dell'entelechia individuale con quella karmica, che ha per scena la vita del singolo. L'entelechia karmica corrisponde al passato, alle nascite precedenti, rappresentate dalle immagini archetipe dei genitori e proiettate sui genitori reali o su coloro che li rappresentano. Essa è l'eredità da elaborare, la disposizione dei compiti, a cui l'individualità deve dar forma, che cioè l'entelechia individuale deve usare, trasformare e reinterpretare per realizzare sé stessa. L'entelechia individuale contiene in principio tutte le possibilità ed è in particolar modo il veicolo della forza creativa della entelechia universale che (vista nel tempo) si vuole qui realizzare. Lo scontro tra queste due forze è da parte sua entelechialmente stabilito e determinato (poiché nulla è fuori dell'entelechia), così che può essere calcolato prima, ad esempio astrologicamente. Ma sotto un altro punto di vista, facendo astrazione dal tempo, qui si manifesta veramente la libertà assoluta. Se mi rappresento (costruzione ipotetica) il sorgere dell'entelechia così che il suo corso sia fissato come un film su una pellicola, allora essa, quando si manifesta (il film viene proiettato), è determinata. La libertà è consistita nel processo stesso di fissazione sulla pellicola. Se poi io penso entelechialmente che il tempo non esiste, allora il corso nel tempo è libertà, per quanto a una considerazione temporale appaia determinato. (La "prescienza" di Dio nella filosofia della Chiesa).

In tal senso si può anche comprendere in che modo nel "Bardo" venga già fissata la nuova vita e tuttavia nella vita concreta successiva si compiano di nuovo le stesse cose in libertà e indeterminazione (appunto perché sono le stesse, e soltanto per il nostro modo di considerare il tempo sono divise in doppie immagini).

La meta più alta e il vero e proprio significato dell'entelechia è la realizzazione consapevole

²⁶ *Idem*, p. 22.

²⁷ *Idem*, p. 24, 25.

dell'entelechia, che per principio si attribuisce appunto alla entelechia stessa e che si manifesta nell'uomo quale depositario della coscienza, facendo che partecipi a Dio ovvero che Dio si realizzi in lui. Principio di coscienza = creativo = entelechia.

Con ciò l'uomo che sperimenta consapevolmente l'entelechia partecipa all'atto creativo.»²⁸

Non è questa la sede per sviscerare la portata delle affermazioni di Bernhard (il quale non solo si appoggia al concetto di karma, ma pure tira in ballo discipline come la chirologia e l'astrologia) raffrontandole con il pensiero del Maestro svizzero. Va detto che le idee dello psicologo berlinese risultano minoritarie nel discepolato di Jung, e non pienamente accolte anche nel novero dei propri stessi allievi.

Occorre ora fare un passo indietro per riprendere l'idea di ineluttabilità del processo di individuazione. Se, come affermato, è un processo naturale secondo cui si è in qualche modo obbligati quasi per legge di natura a diventare ciò che in essenza si è, perché non lasciare libero corso alla natura stessa? Entra qui in gioco il fattore "consapevolezza", più volte ribadito da Jung e dai suoi allievi. Leggiamo:

«La differenza tra il processo d'individuazione naturale, che si svolge inconsciamente, e quello reso cosciente, è enorme. Nel primo caso la coscienza non interviene in alcuna parte; la fine del processo rimane oscura come l'inizio. Nel secondo caso, invece, gli elementi oscuri vengo portati alla luce in tal numero che, da un lato, tutta la personalità viene illuminata sin nelle sue parti più intime e, dall'altro, la coscienza guadagna immancabilmente in ampiezza e profondità di giudizio.»²⁹

«Jung sostiene che il processo d'individuazione, se si svolge inconsciamente, rende l'individuo duro e crudele verso i suoi simili; se invece è un processo conscio, porta al conseguimento della pietra filosofale, ossia non a un indurimento della personalità ma a una maggior fermezza.»³⁰

«Come Jung sottolinea, la spinta all'individuazione, essendo lo stimolo più forte esistente nell'uomo, riesce sempre ad aprirsi la strada in ogni essere umano, ma se non è sorretto dalla consapevolezza si manifesta negativamente. Per esempio, invece di trovare dentro di sé la pietra filosofale la persona resta pietrificata, cioè si trasforma nella pietra filosofale in una forma negativa. Invece di essere dissolta nel bagno dell'inconscio per rinascere, la persona sparisce nell'inconscio sotto forma di una dissociazione psicotica. Si potrebbe affermare, quindi, che il processo d'individuazione segue sempre il suo corso, ma che sia distruttivo o positivo dipende dal nostro atteggiamento conscio.»³¹

Occorre soffermarsi sull'importanza dell'ampliamento del campo della coscienza e dell'agire consapevole al fine di portare avanti il processo di individuazione. Jung e i suoi allievi lo ribadiscono incessantemente.

«Lo scopo dello sviluppo della mente umana è infatti, per quanto si possa capire, quello di ampliare, aumentare e intensificare la coscienza. ... lo sviluppo dell'uomo significa sempre un'intensificazione della coscienza, si tratta sempre della grande luce, di più luce, di illuminazione, di chiarificazione... La luce è sempre un simbolo della coscienza; la luce mette in grado di vedere, la luce aiuta la visione e il suo scopo sembra essere questo. La cosa più importante è perciò, sicuramente, la coscienza, senza la quale non c'è nulla. Si tratta sempre, quindi della coscienza del rapporto con il Sé perché secondo la definizione, siamo tutti nelle mani di Dio, che lo si sappia o no.»³²

²⁸ *Idem*, p. 26, 27.

²⁹ *Risposta a Giobbe*, cit. p. 448, 449.

³⁰ Marie-Louise von Franz, *Alchimia*, Boringhieri, Torino, 1984, p. 216.

³¹ Marie-Louise von Franz, *L'individuazione nella fiaba*, Boringhieri, Torino, 1987, p. 135.

³² Carl Gustav Jung, *Visioni. Appunti del Seminario tenuto negli anni 1930-1934*, cit., p. 1467, 1468.

«Quanto sia urgente ed essenziale l'allargamento del campo della coscienza è provato dal fatto che il libero arbitrio dell'uomo è strettamente connesso al grado della sua consapevolezza. Con tale allargamento procede infatti di pari passo anche una crescente libertà della volontà, il che assume una decisiva importanza etica. Il libero arbitrio si estende solo fino ai limiti della coscienza; appena tali limiti vengono oltrepassati, smettiamo di distinguere, di essere capaci di scegliere e giudicare, e cadiamo in balia di incontrollabili impulsi e tendenze dell'inconscio.»³³

«... l'uomo che non sviluppi la propria coscienza non è individuato, perché la coscienza è il suo fiore, la sua vita; il dover diventare consci appartiene al nostro processo d'individuazione. Vedete, tutto quello che un uomo fa, tutti i suoi tentativi, sono la sua individuazione; è un compimento, la realizzazione delle sue possibilità; una delle sue massime possibilità è il conseguimento della coscienza. Questo lo rende veramente uomo: per l'uomo, la vita deve essere conscia.»³⁴

«Solo chi è in grado di assentire *consapevolmente* alla forza della vocazione che gli si fa incontro dal suo più intimo essere, diventa una personalità; chi invece le soggiace, diventa preda del cieco corso degli eventi e ne viene annientato. È questo il tratto grandioso e liberatorio di ogni personalità autentica: decidere di consacrarsi alla propria vocazione e tradurre consapevolmente nella propria realtà individuale ciò che, vissuto inconsapevolmente dal gruppo, porterebbe solo alla rovina.»³⁵

«Se non ci fosse la coscienza, il mondo non esisterebbe; l'intero mondo, nella misura in cui lo prendiamo in considerazione, dipende da quella fiammella di coscienza, che è sicuramente il fattore decisivo. Nell'inconscio non si può giudicare, per via della grande tenebra che è in esso, ma nel conscio c'è luce e quindi ci sono differenze; nella coscienza c'è una norma che ci dà il metro secondo cui giudicare.»³⁶

«... il processo d'individuazione, nella sua continuità attraverso gli anni e i decenni, è costituito essenzialmente dai momenti in cui il soffio dello spirito passa nella psiche di un uomo e gli permette di fare un passo innanzi nella coscienza della sua condizione. La presa di coscienza degli stati praticamente ininterrotti di proiezione delle strutture archetipiche relazionali – “Anima” e “Animus”, secondo i termini di Jung – significa liberazione dalla tendenza proiettiva naturale, e trasforma “Anima” e “Animus” in strumenti di relazione del soggetto con la sua propria radice psichica oggettiva: la divina radice dalla quale “Anima” e “Animus” ricevono le qualità che il soggetto ... si ostina a investire, a proiettare sul mondo e sugli altri perché ne subisce il fascino e cerca in qualche modo di appropriarsene.»³⁷

«Il ritiro delle proiezioni può avvenire soltanto nell'ambito della coscienza. Dove non giunge la coscienza, nessuna correzione è possibile.»³⁸

«Scopo essenziale dell'opus psychologicum è la presa di coscienza, ossia in primo luogo l'azione mediante la quale si rendono coscienti i contenuti fin a quel momento proiettati. Un tale sforzo porta a poco a poco alla conoscenza dell'altro come pure alla conoscenza di sé, e quindi alla distinzione tra ciò che uno è realmente e ciò che viene su di lui proiettato o ciò che egli fantastica riguardo a sé stesso. Nel corso di questo processo si è talmente presi dal proprio sforzo da non avvertire quasi, consapevolmente, quanto si è non solo sospinti, ma anche sostenuti dalla “natura”, quanto preme cioè

³³ Jolande Jacobi, *Der Weg zur Individuation*, Rascher Verlag, Zürich, 1965, p. 120. Traduzione mia.

³⁴ Carl Gustav Jung, *Visioni*, cit. p. 822.

³⁵ Carl Gustav Jung, *Il divenire della personalità*, cit., p. 174. La sottolineatura è di Jung.

³⁶ Carl Gustav Jung, *Visioni*, cit. p. 972.

³⁷ Luigi Aurigemma, *Prospettive junghiane*, Boringhieri, Torino, 1989, p. 138.

³⁸ Carl Gustav Jung, *Mysterium coniunctionis*, cit., p. 489.

all'istinto di raggiungere quel superiore grado di coscienza. Questo impulso verso una più alta e più estesa coscienza porta necessariamente alla civiltà e alla cultura, ma un tale scopo non può essere raggiunto se l'uomo non si pone volontariamente al suo servizio. Gli alchimisti pensano che l'artifex sia il servo dell'opera, e che non lui, ma la natura realizzi l'adempimento dell'opera. Da parte dell'uomo occorrono comunque volontà e capacità. Dove volontà e capacità manchino, l'impulso rimane al livello di un simbolismo meramente naturale e causa soltanto una perversione di quell'impulso alla totalità che, per conseguire il suo scopo, ha bisogno di ogni parte del tutto, e quindi anche di quelle parti che si sono proiettate in un Tu.»³⁹

«L'uomo presumibilmente conosce solo una piccola parte della sua psiche, così come ha una comprensione assai limitata della fisiologia del suo corpo. I fattori causali che determinano la sua esistenza psichica in gran parte risiedono fuori della coscienza, nei processi inconsci: allo stesso modo nell'inconscio hanno la loro origine e svolgono la loro esistenza le determinazioni finali che operano in lui. ... Cause e fini trascendono la coscienza in una misura che non dev'essere sottovalutata: ciò significa che la loro natura ed efficacia è inalterabile e ineliminabile fintantoché non diventa oggetto della coscienza. Solo nella coscienza avvengono le modificazioni, in virtù della comprensione e della determinazione morale: per questo l'autoconoscenza è necessaria e al tempo stesso temuta.»⁴⁰

«La naturale vocazione, destinazione dell'uomo alla coscienza, alla libertà morale, alla cultura si è mostrata più forte della sorda coazione delle proiezioni che tengono l'individuo permanentemente prigioniero dell'oscura incoscienza, condannandolo alla nullità. In questo modo gli fu certamente imposta una croce: il tormento della consapevolezza, il conflitto morale, l'incertezza inerente ai propri pensieri. Questo compito è così indicibilmente difficile che verrà assolto, se mai lo sarà, soltanto nell'arco dei secoli; sarà acquisito a prezzo di infiniti dolori e fatiche, in una lotta contro tutte quelle potenze che cercano incessantemente di convincerci a imboccare il cammino, in apparenza più facile, dell'incoscienza.»⁴¹

«Tuttavia oggi ci sono molte persone che sono solo parzialmente coscienti. Un numero relativamente grande è quasi completamente inconsapevole e trascorre la propria vita per lo più in una condizione di inconsapevolezza. Subiscono ciò che accade loro, ma non sono coscienti di ciò che dicono o fanno, non ne sanno la portata, senza riuscire a rendersene conto.»⁴²

Spiace chiudere con l'opinione espressa da Jacobi le note dedicate alla consapevolezza, che tuttavia a mio avviso rispecchia un dato di fatto di cui è impossibile ignorare.

Tocchiamo adesso il tema della sofferenza, che appare collegato al cammino del processo individuativo.

«Ciò fa vedere il valore creativo della sofferenza: è la sofferenza che trasforma. Meister Eckart dice: "La sofferenza è il cavallo più veloce per condurci alla perfezione."»⁴³

«Le persone che non posseggono il proprio centro, inoltre, o che sono, in qualche modo, al di fuori di esso, hanno bisogno di molta sofferenza per riuscire a sentire sé stesse; e quasi si impongono situazioni nelle quali sono costrette a soffrire. Nessuno glielo può impedire perché si tratta di una

³⁹ Carl Gustav Jung, *La psicologia della traslazione*, vol. XVI, Boringhieri, Torino, 1981, p. 268.

⁴⁰ Carl Gustav Jung, *Aion*, cit., p. 154,

⁴¹ Carl Gustav Jung, *La psicoterapia oggi*, vol. XVI, Boringhieri, Torino, 1981, p. 115.

⁴² Jolande Jacobi, *op. cit.*, p. 123.

⁴³ Carl Gustav Jung, *Visioni*, cit. p. 400.

necessità. Soltanto grazie alla sofferenza riescono a rendersi consapevoli di determinate cose e, se non diventano consapevoli, non possono fare alcun progresso. ... Quindi, anche se la sofferenza non viene inflitta dall'esterno, le persone se la autoinfliggono con il fine inconscio di prendere coscienza di sé stesse.»⁴⁴

«L'analizzando sconsolato o depresso sperava invano in parole di conforto o di incoraggiamento da parte di Jung. A Jung premeva ben altro: egli voleva indurre l'analizzando a far posto nella propria vita alla necessaria parte di dolore, ad accettarlo e farlo proprio come parte di un tutto: perché non esiste vita senza lati oscuri e difficili. Consolando, cancellando il dolore, si priva la persona di un'esperienza di vita; e d'altra parte il nocciolo della depressione resta intatto e provoca ben presto nuove pene. ... Al momento opportuno Jung poteva chiedere in tono un po' scherzoso e un po' divertito se si era "subito" un successo. Ne prevedeva infatti le conseguenze. Il dolore accettato può trasformarsi gradualmente in rilassatezza, serenità e forza; la gioia non meditata si trasforma troppo presto e troppo spesso in dolore e inquietudine. Il dolore provoca l'uomo, lo costringe a trasformarsi; cosa che non fa, o fa molto più di rado, la gioia.»⁴⁵

«... l'incontro con il Sé comporta un cambiamento profondo e di grande portata nell'atteggiamento conscio. Non per niente il demone interiore ... riceve, fra gli altri nomi, quello di "Angelo della Metanoia"; egli porta con sé un *ritiro* dal gioco di Maya, dell'illusione del mondo, un ritiro assoluto dal mondo. Nessuno può ottenere ciò semplicemente volendolo. È attuato in lui dal Sé e in molti casi si verifica solo in prossimità della morte. Sono pochi individui pensosi, riflessivi, lo sperimentano in precedenza. La comprensione della natura ed essenza del Sé si ottiene solo a prezzo di una grande sofferenza che ripulisce dai pregiudizi mondani e dalle preoccupazioni dell'Io, obbligandolo così a un cambio di atteggiamento. Ogni profonda contrarietà o delusione e, in questo senso, un passo in avanti sulla via dell'individuazione, se viene accettata con profonda comprensione e non con rassegnazione o amarezza.»⁴⁶

«Quando la sofferenza è durata abbastanza a lungo, tanto che l'Io e la sua forza risultano indeboliti e ci si comincia a sentire "piccoli e brutti", allora arriva quel momento di grazia in cui è possibile la riflessione, un'inversione nel flusso di energia, che può scorrere via dall'oggetto o dall'idea e dirigersi verso sé stessi o, ancora meglio, verso il Sé.»⁴⁷

«È la sofferenza dunque, e forse in modo privilegiato, che mette sulla via del risveglio. Dicendo "la via del risveglio" voglio indicare, in altri termini, quel processo di graduale e più o meno chiara percezione d'una pulsione specifica all'uomo, che può definirsi come il desiderio fondamentale e irriducibile di giungere a una realizzazione *cosciente* della propria esistenza, cosciente in quanto vissuta nella comprensione di ciò che facciamo e di ciò che ci accade, e questo fino all'esperienza ultima della nostra propria morte.»⁴⁸

Concludo questo lavoro ricorrendo all'escamotage di un dialogo immaginario nel quale un intervistatore, digiuno della materia, pone domande assai concrete sul tema dell'individuazione.

⁴⁴ *Idem*, p. 402.

⁴⁵ Aniela Jaffé, *Gli ultimi anni di Carl Gustav Jung in Saggi sulla psicologia di Carl Gustav Jung*, Paoline, Roma, 1984, p. 124, 125.

⁴⁶ Marie-Louise von Franz, *Rispecchiamenti dell'Anima*, Vivarium, Milano, 2012, p. 222. Ho operato piccole rettifiche nella traduzione dal testo originale tedesco, collazionato con l'edizione inglese.

⁴⁷ *Idem*, p. 230.

⁴⁸ Luigi Aurigemma, *op. cit.*, p. 113. La sottolineatura è dell'Autore.

D. Che cos'è l'individuazione secondo Jung?

R. Occorre preliminarmente distinguere tra processo d'individuazione e condizione (o situazione) di individuazione. Il processo è una dinamica, un cammino, un'esperienza vissuta. L'individuazione è uno stato, una condizione raggiunta.

D. Perché questa puntualizzazione, che potrebbe di primo acchito sembrare una questione di lana caprina?

R. È un'opportuna distinzione soprattutto da quando alcuni allievi del Maestro svizzero hanno introdotto l'idea del processo d'individuazione analiticamente assistito, idea che non credo appartenga a Jung, il quale si era limitato a enunciare l'ineluttabilità del processo di individuazione e del diverso atteggiamento assunto dal soggetto in base alla maggiore o minore sua consapevolezza.

Luigi Aurigemma era consapevole del problema scrivendo:

«È accaduto infatti che in questi molti decenni di diffusione della pratica analitica junghiana in Italia e nel mondo l'eredità di Jung si sia centrata non già sull'esperienza dell'individuazione ma piuttosto sull'aspetto dialogico dell'incontro tra analista e analizzante, sulla specificità del metodo d'interpretazione dei sogni e più in generale dei molteplici materiali che confluiscono in seduta, e soprattutto si sia definita per il privilegio perlopiù accordato alla concezione dell'analisi come processo, cioè come *percorso* individuante che, attraverso la presa di coscienza progressiva della realtà inconscia porta gradualmente alla “creazione di un “individuo” psicologico, vale a dire di una unità separata, indivisibile, un tutto.” (Luigi Aurigemma, *Il risveglio della coscienza*, 2008, p.82. Sottolineatura dell'Autore)

D. La questione pertanto si complica. Ci sono consigli pratici per ottenere codesto risultato finale e, soprattutto, l'individuazione è alla portata di tutti?

R. Rispondo partendo dall'ultima domanda. Abbiamo letto che secondo l'opinione di Jung il processo di individuazione è un evento raro e richiede particolarissime condizioni perché possa avverarsi; richiede preliminarmente un allargamento del campo della coscienza e una consapevolezza che non appartiene a tutti, come pure l'ascolto della chiamata della vocazione; inoltre “esige una costituzione psichica particolare ... e senza dubbio minoritaria (Aurigemma 2008, p. 83). Dunque occorre un fattore costituzionale innato. Richiede coraggio per affrontare e confrontarsi con le figure dell'inconscio che normalmente proiettiamo, ossia l'Ombra, l'Anima e l'Animus. Già sono in pochi ad accettare di vedere il proprio fratello oscuro (Ombra) e ancora meno a superare il passaggio presidiato da codesto implacabile “guardiano della soglia”. Rispetto quest'ultima figura, viene in mente il guardiano dell'enigmatico racconto di Franz Kafka *Davanti alla legge* (1914) facente parte de *Il processo*. Sarebbe troppo lungo ripercorrerlo e interpretarlo esaustivamente, tuttavia una possibile chiave psicologica di lettura è data dalla mancanza di coraggio dell'uomo di campagna che non osa oltrepassare la porta presidiata dal guardiano, mentre avrebbe potuto farlo facilmente, anziché chiedere un permesso che mai arriverà.

Consigli pratici non ve ne sono, ciascun soggetto è un caso a sé. Jung consigliava tuttavia di praticare l'immaginazione attiva – uno strumento che consente all'analizzando di dialogare con immagini dell'inconscio – come completamento del percorso analitico.

D. Potrebbe elucidare il concetto e la tecnica dell'immaginazione attiva?

R. Già nel 1935, nel corso delle conferenze tenute presso la Tavistock Clinic di Londra⁴⁹, Jung afferma di avere elaborato “una tecnica piuttosto complicata” che definisce “una componente essenziale del processo di individuazione”. In estrema sintesi, si tratta di stabilire un rapporto cosciente con figure emergenti dall'inconscio, integrandole nella coscienza. Concretamente, occorre stabilire un dialogo che passa per fasi. La prima fase consiste nello svuotamento dei pensieri dell'*Io*

⁴⁹ Pubblicate in italiano con il titolo *Fondamenti della psicologia analitica*, vol. XV dell'Opera Omnia.

(fare il vuoto, secondo il pensiero orientale), poi occorre fissare l'immagine che si presenta. La terza fase è l'oggettivazione, e il quarto punto consiste nel confronto etico con l'immagine.⁵⁰ Detta così sembra facile, ma non lo è affatto.

D. La tecnica di immaginazione attiva è alla portata di chiunque?

R. Teoricamente sì, in pratica occorre in primis vigilare affinché il soggetto non si trovi in una condizione psicopatica, poiché c'è il pericolo di fare emergere una psicosi. Jung mette in guardia quando scrive: «Non si tratta propriamente di cosa da prendere alla leggera. Personalmente ho incominciato già da trent'anni a sperimentare su di me e su altri questo metodo, e devo confessare che, sebbene esso sia praticabile e porti a risultati assai soddisfacenti, si rivela al tempo stesso molto arduo. ... Il rischio insito in un trattamento psichico del genere dell'analisi è che, in presenza di una disposizione psicopatica, si possa sviluppare una psicosi. ...»⁵¹

D. A che serve l'analisi nell'ottica dell'individuazione?

R. Qualora nel soggetto sia già presente una vocazione "al risveglio" (Aurigemma 2008, p. 92) l'analista a orientamento junghiano può affiancare e aiutare la persona verso il traguardo dell'individuazione."

D. Quali benefici si ritraggono da un'individuazione compiuta, realizzata?

R. Si potrà beneficiare di una "riduzione delle tensioni legate ai conflitti di ogni tipo all'interno dell'Io" (Aurigemma 2008, p. 88). Di conseguenza viene resa disponibile tutta l'energia precedentemente assorbita dai conflitti. Si acquista una visione del reale non inquinata dalle proiezioni. Si entra più facilmente in contatto con le varie componenti dell'inconscio, e ciò giova all'equilibrio psichico, che si manifesta in una assennata condotta generale del soggetto, e si riverbera nei contatti mantenuti con l'ambiente circostante. La coscienza si amplia giorno dopo giorno.

D. Tutto ciò induce a intraprendere senza indugio questa strada.

R. Certo, tuttavia è bene non farsi illusioni, non è tutto rose e fiori. Come avvisa Claudio Widmann: «Questa trascendenza chiamata individuazione non è la corsa esaltante verso una meta trionfale. È un cammino accidentato sotto la spinta di un'inconscia pulsione evolutiva e la contemporanea contropinta della coscienza, che si sente trascinata in territori di inquietudine, incertezza, impotenza. È l'esperienza destabilizzante di contenuti e funzioni che dall'inconscio trascendono nella coscienza, mentre alcuni caposaldi della coscienza recedono nell'inconscio.»⁵²

Non dimentichiamo lo smarrimento provato da Jung allorché decise a confrontarsi con l'inconscio nel dicembre 1913; ne troviamo un resoconto nella sua autobiografia: «Ero seduto alla scrivania, meditando ancora una volta sui miei timori. Poi mi abbandonai. Improvvisamente fu come se il terreno sprofondasse, nel vero senso della parola, sotto i miei piedi, e precipitassi in una profondità oscura. Non potei fare a meno di provare un senso di panico.»⁵³

È il panico di fronte all'ignoto, il panico della coscienza che teme di essere sovrastata e travolta dall'inconscio. "I contenuti dell'inconscio avrebbero potuto farmi perdere la bussola" scrive Jung.⁵⁴

D. L'individuazione ha a che vedere con l'idea di destino?

R. La parola "destino" compare 55 volte nell'autobiografia di C. G. Jung. Ne ho ricavato l'impressione che, almeno in alcuni brani, all'azione del "destino" corrispondesse senza dubbio

⁵⁰ Le quattro fasi dell'immaginazione attiva sono tratte da *L'immaginazione attiva* (a cura di Federico de Luca Comandini, Robert Mercurio) Vivarium, Milano, 2002.

⁵¹ *Mysterium coniunctionis*, cit. p. 530.

⁵² Claudio Widmann, *L'individuazione*, Mimesis, Sesto San Giovanni, 2024, p. 189.

⁵³ *Ricordi, sogni, riflessioni di C. G. Jung*, Rizzoli, Milano, 1979, p. 221.

⁵⁴ *Idem*, p. 233.

l'intervento del daimon individuativo. Ne cito solo uno per tutti:

«Fu solo dopo la malattia che capii quanto sia importante dir di sì al proprio destino. In tal modo forgiamo un *Io* che non si spezza quando accadono cose incomprensibili; un *Io* che regge, che sopporta la verità, e che è capace di far fronte al mondo e al destino. Allora, fare esperienza della disfatta è anche fare esperienza della vittoria. Nulla è turbato – sia dentro che fuori – perché la propria continuità ha resistito alla corrente della vita e del tempo. Ma ciò può avvenire solo quando si rinuncia a intromettersi con aria inquisitiva nell'opera del destino.»⁵⁵

Claudio Widmann non dubita che destino e individuazione siano inestricabilmente intrecciati. Scrive infatti:

«Come il destino, l'individuazione abbraccia l'esistenza dalla nascita fino alla morte, determinando la qualità della nascita e le modalità della morte; affonda le radici in insondabili profondità prenatali, improntando le caratteristiche distintive del singolo (destino è il carattere, scriveva Eraclito); proviene da strati dell'essere estranei alla coscienza e interroga la consapevolezza in maniera incalzante; coltiva un disegno talvolta nitido, ma caratteristicamente estraneo ai progetti intenzionali. È *a priori*, ma si sostanzia attraverso le scelte del singolo; è vincolante ma non esonera l'individuo dalla responsabilità personale; racchiude in sé l'intero percorso trasmutativo, sia esso magnifico o inglorioso.»⁵⁶

In una ancora precedente monografia codesto Autore affermava testualmente:

«L'archetipo del destino è archetipo dell'individualità e la pulsione del destino è pulsione all'individuazione. ... Si potrebbe altrimenti dire che il destino di un uomo è il percorso che egli segue per attraversare la vita; è il cammino grazie al quale attualizza ciò che è fin dall'inizio. Una pulsione essenziale ed elementare spinge ogni persona a diventare sé stessa, a tradurre in atto la pura potenzialità del suo nucleo identitario originario.»⁵⁷

Del resto, questo articolo si è aperto proprio commentando il mito di Er...

D. Vi sono artisti e persone creative in vari campi dell'attività umana che, almeno visti dall'esterno, paiono aver raggiunto la condizione di persona individuata. Hanno perseguito instancabilmente il loro sogno senza scoraggiarsi di fronte alle difficoltà, hanno prodotto opere d'arte, composto musica, scritto libri, riscosso successo. Il successo è un segnale di avvenuta individuazione?

R. Il successo agli occhi del mondo non è una prova di avvenuta individuazione. Emergere e distanziarsi dal collettivo, "singolarizzarsi", acquisire gloria non necessariamente significa individuazione. Widmann è molto chiaro in proposito:

«Fino all'ultimo grande scritto della sua vita, *Mysterium coniunctionis*, egli [Jung] concepì il processo di individuazione come l'approssimarsi alla propria interezza. Singolarizzarsi non è lo stesso che individuarsi. Il *principio* di individuazione riguarda la sua interezza. Questo processo è di tale complessità che non può mai essere attuato del tutto e spesso alimenta il sospetto che le esperienze dei singoli offrano solo "un mosaico di frammenti senza capo né coda" (Jung 1956, p. 554) ... La pulsione individuativa è intrinsecamente pulsione di senso.»⁵⁸

28 marzo 2025

⁵⁵ *Idem*, p. 353.

⁵⁶ Claudio Widmann, *L'individuazione*, cit. p. 43.

⁵⁷ Claudio Widmann, *Sul destino, Ma.Gi.*, Roma, 2006, p. 137.

⁵⁸ Claudio Widmann, *L'individuazione*, cit. p. 99.

OPERE CONSULTATE

- Aurigemma, Luigi. *Il risveglio della coscienza*, Boringhieri, Torino, 2008.
- Aurigemma, Luigi. *Prospettive junghiane*, Boringhieri, Torino, 1989.
- Bernhard, Ernst. *Mitobiografia*, Adelphi, Milano, 1969.
- De Luca Comandini, Federico & Mercurio Robert (ed). *L'immaginazione attiva* Vivarium, Milano, 2002.
- Fontana, Simonetta. *Il Daimonion di Socrate*, Aion XXVI 2004, Istituti editoriali e poligrafici internazionali, Pisa Roma, 2005.
- Jacobi, Jolande. *Der Weg zur Individuation*, Rascher Verlag, Zürich, 1965.
- Jaffé, Aniela. *Gli ultimi anni di Carl Gustav Jung* in *Saggi sulla psicologia di Carl Gustav Jung*, Paoline, Roma, 1984.
- Jung, Carl Gustav. *Aion*, Opere, vol. IX/2, , Boringhieri, Torino, 1982.
- Jung, Carl Gustav. *Il divenire della personalità*, Opere, vol. XVII, Boringhieri, Torino, 1991.
- Jung, Carl Gustav. *L'io e l'inconscio*, Opere, vol. VII, Boringhieri, Torino, 1983.
- Jung, Carl Gustav. *Lo Zarathustra di Nietzsche*, Opere, vol. I, Boringhieri, Torino, 2011.
- Jung, Carl Gustav. *Mysterium coniunctionis*, Opere, vol. XIV/, Boringhieri, Torino, 1989.
- Jung, Carl Gustav. *Risposta a Giobbe*, Opere, vol. XI, Boringhieri, Torino, 1979.
- Jung, Carl Gustav. *Visioni. Appunti del Seminario tenuto negli anni 1930-1934*, Ma.Gi., Roma, 2004.
- Jung, Carl Gustav. *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*, Opere, vol. VIII, Boringhieri, Torino, 1976.
- Jung, Carl Gustav. *Psicologia dell'archetipo del fanciullo*, Opere, vol. IX/1, Boringhieri, Torino, 1980.
- Jung, Carl Gustav. *La psicologia della traslazione*, Opere, vol. XVI, Boringhieri, Torino, 1981.
- Jung, Carl Gustav. *La psicoterapia oggi*, Opere, vol. XVI, Boringhieri, Torino, 1981.
- Jung, Carl Gustav. *Ricordi, sogni, riflessioni di C. G. Jung*, Rizzoli, Milano, 1979.
- Lanza, Adriano. *Il demone toccatoci in sorte*, Moretti & Vitali, Bergamo, 2006.
- Magris, Aldo. *L'idea di destino nel pensiero antico*, Del Bianco editore, Udine.
- Reale, Giovanni. *Il mito di Er*, lectio magistralis tenuta al Festivalfilosofia del 2010.
- von Franz, Marie-Louise. *Sguardo dal sogno*, Cortina, Milano, 1989.
- von Franz, Marie-Louise. *Alchimia*, Boringhieri, Torino, 1984.
- von Franz, Marie-Louise. *L'individuazione nella fiaba*, Boringhieri, Torino, 1987.
- von Franz, Marie-Louise. *Rispecchiamenti dell'Anima*, Vivarium, Milano, 2012.
- Widmann, Claudio. *L'individuazione*, Mimesis, Sesto San Giovanni, 2024.
- Widmann, Claudio. *Sul destino*, Ma.Gi., Roma, 2006.