

---

Giuseppe D'Acunto

## IDENTITÀ PERSONALE COME INDIVIDUAZIONE Malattie e cura dell'anima secondo Jung

**ABSTRACT:** *Personal identity as self-discovery. Illness and the care of the soul according to Jung*

Starting with the principle, theorised by Jung, that the soul's illnesses stem from an irregular course of the process of self-discovery, and after having described in § 1, the characteristic profile of the latter, in § 2 we clarify the ways in which, according to Jung, the therapeutic practice should be conducted. And since the soul is characterised by being antinomic, the analytical-psychological approach to cure it must be also be structured dialectically.

**Key words:** diseases of the soul, the process of self-discovery, dialectic psychotherapy, Self

### 1. *Il processo di individuazione*

Vorrei iniziare evidenziando la consapevolezza, che ha sempre contraddistinto Jung, di battere una strada psicologica alternativa rispetto a Freud. Per il tema che a noi qui interessa, fondamentale è, infatti, la distinzione fra nevrosi e malattie dell'anima<sup>1</sup>, dove, mentre le prime sono affidate alle cure della psicoanalisi, le seconde dipendono, invece, da un decorso non regolare del processo di individuazione<sup>2</sup>.

Ci imbattiamo, così, subito in un termine tecnico che, prima di andare avanti, necessita di una delucidazione.

- 
- 1 Subito da precisare è che, quando usa il termine anima, Jung intende un che di distinto dalla psiche. «Per psiche io intendo la totalità dei processi psichici, tanto coscienti quanto inconsci. Per anima invece intendo un determinato e circoscritto complesso di funzioni che meglio di tutto si potrebbe caratterizzare come “personalità”». Cfr. *Opere di C.G.Jung*, a cura di L. Aurigemma, Boringhieri, Torino 1965-2007, vol. VI: *Tipi psicologici* [1921], tr. it. di C. L. Musatti e L. Aurigemma, p. 416.
  - 2 Al riguardo, ricordiamo che, nel cap. VI del suo *Psicologia dell'inconscio* (1917/1943), in *Opere di C.G. Jung*, vol. VII: *Due testi di psicologia analitica*, tr. it. di S. Daniele e E. Sagittario, Boringhieri, Torino 1983, pp. 3-120, Jung oppone al metodo causale-riduttivo, tipico dell'interpretazione analitica, il metodo sintetico-costruttivo, ossia un nuovo trattamento del materiale psicologico, facente leva su quella che lui chiama «funzione trascendente»: «trascendente» non nel senso della metafisica, ma in quello dei numeri irrazionali in matematica. Con tale formula – egli scrive, nell'opera dedicata allo studio di questo problema – «non si deve intendere niente di misterioso, di sovrasensoriale o di metafisico per così dire, bensì una funzione psicologica che – data la sua natura – può essere paragonata a una funzione matematica che ha lo stesso nome, ed è una funzione di numeri immaginari e reali. La “funzione trascendente” psicologica risulta dall'unificazione di contenuti “consci” e contenuti “inconsci”». Cfr. C.G. Jung, *La funzione trascendente* (testo scritto nel 1916, ma pubblicato nel 1957 e, ampiamente rivisto, nel 1958), in *Opere di C.G.Jung*, vol. VIII: *La dinamica dell'inconscio*, tr. it. di S. Daniele, p. 83.

Premesso che individuarsi significa «diventare un essere singolo», intendendo per individualità «la nostra più intima, ultima, incomparabile e singolare peculiarità, diventare se stessi, attuare il proprio Sé»<sup>3</sup>, l'opera in cui Jung ci dà, forse, la definizione più articolata del concetto di individuazione è quella che reca il titolo: *Tipi psicologici*. Andiamo a vedere che cosa, qui, scrive al riguardo.

L'individuazione è in generale il processo di formazione e di caratterizzazione dei singoli individui, e in particolare lo sviluppo dell'individuo psicologico come essere distinto dalla generalità, dalla psicologia collettiva. L'individuazione è quindi un *processo di differenziazione* che ha per meta lo sviluppo della personalità individuale. La necessità dell'individuazione è una necessità naturale<sup>4</sup>.

Significativo è che, nel passo appena letto, si parli di «individuo psicologico» come di un compito, di una soglia che va guadagnata<sup>5</sup>, laddove la nostra individualità, dal punto di vista organico o fisiologico, è, invece, sempre già data. Il fatto che il processo di individuazione si articoli nel segno di una «*differenziazione*» rispetto alla psicologia della massa non deve farci pensare, però, che esso ci conduca *ipso facto* all'«*isolamento*», perché, anzi, suo obiettivo dichiarato è il raggiungimento di «una coesione collettiva più intensa e più generale». Non solo, ma una tale «coesione» è un qualcosa che, in un certo senso, va sempre già presupposto, in quanto, prima che noi possiamo proporci come scopo l'individuazione, dobbiamo già aver raggiunto «la meta educativa dell'adattamento al minimo di norme collettive necessario per l'esistenza»:

[...] una pianta che debba essere portata alla massima possibile fioritura delle sue peculiarità deve anzitutto poter crescere nel terreno in cui è piantata<sup>6</sup>.

Se di una «*differenziazione*», dunque, si parla, ciò è nel senso non di un contrasto che si

3 C.G. Jung, *L'io e l'inconscio* [1928], tr. it. di A. Vita, Boringhieri, Torino 1967, p. 87.

4 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., p. 463. M. Stein, *L'individuazione*, in AA. VV., *Manuale di psicologia junghiana. Orientamenti contemporanei. Teoria, Pratica, Applicazioni*, a cura di R. K. Papadopoulos, ed. it. a cura di L. Perez, Moretti & Vitali, Bergamo 2009, pp. 293-317, definisce l'individuazione come quella che «è forse la sua [di Jung] idea psicologica più importante» (p. 293). Non diversamente, M. Trevi e W. Roth, a proposito del concetto di individuazione, affermano l'uno che esso è «il nucleo più originale della dottrina junghiana», «la struttura centrale del suo pensiero», e l'altro che è «l'obiettivo centrale della psicologia analitica». Cfr., rispettivamente, *Introduzione a C.G. Jung, L'io e l'inconscio*, cit., p. 9 e *Incontrare Jung. Introduzione alla psicologia analitica*, Magi, Roma 2003, p. 163. Del primo A. citato in questa nota, cfr. anche *Il principio di individuazione. Verso lo sviluppo della coscienza umana*, tr. it. di P. Donfrancesco, Moretti & Vitali, Bergamo 2010.

5 Sull'individuazione come un compito che, in quanto tale, comporta anche un indice rilevante di rischio e di pericolo, cfr. M. Trevi, *Introduzione a L'io e l'inconscio*, cit., nel senso che la possibilità, da parte dell'uomo, di «costituirci come un'unità organica di tutti i contenuti psichici», di «attingere a una pienezza di vita altrimenti sconosciuta», ha come contropartita il «“rischio” [...] della dispersione della forza operante dell'io nelle strutture dell'inconscio: vero e proprio naufragio nella notte di un mondo arcaico personale e transpersonale. L'inconscio diviene perciò per Jung il pericolo e a un tempo stesso la possibilità di arricchimento dell'uomo» (pp. 8-9).

6 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., p. 464.

dà, per forza di cose, con il generale, ma di uno sviluppo del particolare. Sviluppo del particolare in quanto, sulla base del fatto che gli elementi che compongono l'individuo sono tutti di profilo collettivo e universale, essi sono presenti in lui «solamente in forma individuale»<sup>7</sup>, per cui la particolarità in questione deve essere non tanto «*cercata*» ad ogni costo, quanto «già a priori fondata nella disposizione naturale».

L'opposizione alle norme collettive è [...] [spesso] soltanto apparente, in quanto, a ben guardare, il punto di vista individuale non è orientato *in senso opposto* alle norme collettive, ma solo *in senso diverso*<sup>8</sup>.

E proprio qui cade la distinzione fra individualismo e individuazione, dove, mentre il primo è «un mettere intenzionalmente in rilievo le proprie presunte caratteristiche in contrasto coi riguardi e obblighi collettivi», il secondo è, invece, «un migliore e più completo adempimento delle finalità collettive dell'uomo»<sup>9</sup>: un incremento della sua naturale vocazione alla vita comunitaria e sociale.

Il punto è che «la via individuale non è [...] mai una norma», per cui in contrasto vero e proprio con quest'ultima può essere solo un'altra norma. E come una norma è tale solo se lascia sussistere uno stato di eccezione, alternativo ad essa, così quando una via individuale viene elevata a norma, ecco che siamo caduti nell'«individualismo estremo», in una degenerazione «naturalmente patologica e del tutto avversa alla vita».

[Tutto ciò] non ha nulla a che fare con l'individuazione, la quale, deviando dalla via consueta per imboccare una individuale, ha bisogno proprio per questo della norma per orientarsi di fronte alla società e per effettuare la coesione fra gli individui entro la società, coesione che è una necessità vitale.

Per certi versi, infatti, è difficile «distinguere chiaramente i contenuti personali dai contenuti collettivi della psiche», stabilire con certezza quali appartengano all'una e quali all'altra:

la psiche personale germina dalla psiche collettiva ed è con questa intimamente connessa. [...] Tutti gli istinti fondamentali e gli aspetti fondamentali del pensiero e del sentimento sono collettivi. [...] Ma poiché l'*individuazione* è un'imprescindibile esigenza psicologica, la nozione della strapotenza del collettivo ci insegna di quanto grandi cure bisogna circondare questa tenera pianta, l'"individualità", perché non sia interamente soffocata dal collettivo.

Al riguardo, va notato che l'uomo dispone di una facoltà che, se «per gli intenti collettivi è utilissima», è, invece, «dannosissima per l'individuazione»: la facoltà di imitare. Noi facciamo ricorso continuamente ad essa, se non, addirittura, ne abusiamo, quando, ad esempio, vogliamo distinguerci, sotto l'aspetto esteriore, da chi ci sta intorno. Pensiamo di differen-

7 C.G. Jung, *L'io e l'inconscio*, cit., p. 88.

8 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., p. 464.

9 C.G. Jung, *L'io e l'inconscio*, cit., pp. 87-88.

ziarci, mentre, in realtà, stabiliamo un «inconscio legame coatto»<sup>10</sup>, di tipo identificante, con l'ambiente stesso.

Jung può concludere, così, che l'individuazione deve portare l'uomo ad «un apprezzamento spontaneo delle norme collettive». Non, però, a farsi soverchiare da esse, come, nel caso precedente, dato dall'emulazione della condotta d'altri, ma a vivere l'evoluzione della sua coscienza come l'emancipazione da un «originario *stato d'identità*»:

[...] l'individuazione rappresenta quindi un ampliamento della sfera della coscienza e della vita psicologica cosciente<sup>11</sup>.

Un primo dato su cui riflettere è, dunque, che Jung concepisce la vita psicologica come un movimento sì in divenire, ma non per questo lineare e unidirezionale. Come un processo dinamico e dialettico che preleva «l'energia necessaria per i salti evolutivi [...] dalla tensione e dal confronto degli opposti»: «opposti» che sono «caratterizzati dalle funzioni della psiche concepite in termini antinomici»<sup>12</sup>, dove un esempio ci è dato proprio dal rapporto, visto in precedenza, fra individuo e società, nel senso che il primo può realizzarsi come unico e irripetibile solo nell'atto in cui dis-identifica la propria immagine da quella sfera del genericamente umano che impronta di sé la seconda<sup>13</sup>.

Ricordando che individuo significa, letteralmente, «non-diviso», l'individuazione è, complessivamente, per Jung, quel processo attraverso cui l'uomo diventa un essere «intero», ossia realizza compiutamente la sua totalità psichica: un'integrazione armonica fra sfera conscia e inconscia, luce e ombra, maschile e femminile<sup>14</sup>. E poiché lui chiama «anima» «l'at-

10 Ivi, pp. 62-63.

11 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., pp. 464-465.

12 P. Cozzaglio, *Il significato di "individuazione" in Jung*, consultabile online in [www.psicoolanalisisibokshop.it/schedaarticolo\\_stampa.asp?ID=788](http://www.psicoolanalisisibokshop.it/schedaarticolo_stampa.asp?ID=788), pp. 1-2: p. 1. Circa il fatto che il gioco fra i due opposti di turno mette capo, per Jung, a «un terzo elemento che non è affatto [...] un aborto logico, ma è invece una progressione che nasce dalla sospensione dell'antitesi»: «una nascita viva che introduce un nuovo grado dell'essere» (C.G. Jung, *La funzione trascendente*, cit., p. 105). «Gli opposti possono venir unificati solo [...] con l'insorgere fra essi di un qualcosa di nuovo che differisca da entrambi e che sia tuttavia idoneo ad accogliere in ugual misura le loro energie» (C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., p. 113).

13 A proposito di questa «tensione» e «unificazione dei contrari», Jung ne parla anche come di un «processo naturale», diventato, per lui, «un modello e il fondamento di un metodo»: quello che consiste nel «far emergere intenzionalmente ciò che per sua natura si verifica inconsciamente e spontaneamente» (C.G. Jung, *Psicologia dell'inconscio*, cit., p. 81). Jung dispone di un altro termine per definire un tale metodo: «enantiodromia», riferendosi al gioco degli opposti nel divenire eracliteo. «Io chiamo enantiodromia il manifestarsi, specialmente in successione temporale, del principio opposto inconscio. Questo fenomeno caratteristico si verifica quasi universalmente là dove una direttiva completamente unilaterale domina la vita cosciente, così che col tempo si forma una contrapposizione inconscia altrettanto forte, che dapprima si manifesta come un'inibizione delle prestazioni della coscienza e in seguito con un'interruzione dell'indirizzo cosciente» (C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., pp. 437-438).

14 Sul processo di individuazione come «interazione dialettica tra i contenuti dell'inconscio e i contenuti della coscienza», vedi Jolande Jacobi (*Complesso, archetipo, simbolo nella psicologia di C.G. Jung*, tr. it. di G. Zappone, Boringhieri, Torino 1971), la quale ricorda che il termine che funge, qui, da mediatore è dato dai simboli: essi «forniscono i ponti necessari, collegando e conciliando tra loro le contraddizioni spesso apparentemente inconciliabili delle due "parti"» (p. 105). Chi nella nozione di

teggimento [dell'individuo] verso l'interno» e «Persona» «l'atteggiamento verso l'esterno» – «Persona», anche qui, nel significato letterale di «maschera»: quella che «mettevano gli attori dell'antichità»<sup>15</sup> –, ecco che il nostro sforzo deve essere rivolto ad accordare, per quanto più possibile, fra loro, le funzioni psicologiche antinomiche dell'«anima» e della «Persona» o, meglio, a far sì che l'individuazione porti a far emergere la fluidità della prima, liberandola da quell'essere vincolata ad una identità determinata che caratterizza la seconda.

In particolare, in merito alla necessità di guadagnare un'unità della personalità tale che sia comprensiva tanto della sfera inconscia quanto della sfera conscia, Jung vede la netta separazione e opposizione fra di esse come una caratteristica delle nevrosi, dovute, per lo più, ad una unilateralità dell'orientamento cosciente. Viceversa, quando ampliamo la coscienza integrando ad essa i contenuti dell'inconscio ed eliminiamo progressivamente l'influenza dominante di quest'ultimo, ecco che si verifica, in noi, una trasformazione sostanziale della personalità, nel segno di una distribuzione armonica di tutte le sue funzioni. Trasformazione di cui è organo la facoltà dell'immaginazione attiva<sup>16</sup>.

Chiarito in che senso le malattie dell'anima costituiscono un intoppo lungo l'evoluzione naturale del processo di individuazione, passando al tema della cura di esse, batterei la pista secondo cui la terapia, nello sforzarsi di «integrare l'atteggiamento inadeguato della coscienza (o la sua inadeguata capacità di adattamento)», dovrebbe avere in vista l'obiettivo di «produrre una personalità più comprensiva, più vasta, di creare un centro di gravità della personalità che non coincida necessariamente con l'Io»<sup>17</sup>.

---

individuazione così concepita ha visto un abbandono della «psicologizzazione in favore della metafisica», nel senso della restaurazione di un concetto di identità dal carattere conciliante e sistematico, è stato, invece, James Hillman (*Re-visione della psicologia*, tr. it. di A. Giuliani, Adelphi, Milano 1983), per il quale non andrebbe mai dimenticato che essa va intesa, piuttosto, come «una prospettiva» (p. 256). Sull'individuazione, in Jung, come un processo non localizzato in un'età particolare, ma che dovrebbe «svolgere durante tutto lo spazio della vita», cfr. anche Michael Fordham, *Il bambino come individuo*, tr. it. di M. Lippolis Sidoli, Vivarium, Milano 1996, p. 32.

- 15 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., pp. 419-20 e 417. Presso i Latini – afferma Jung – «Persona era la maschera che portava l'attore e che indicava la parte da lui rappresentata». Essa, perciò, non è un qualcosa di individuale, ma «solo una maschera della psiche collettiva, una maschera che simula l'individualità, che fa credere agli altri che chi la porta sia individuale (ed egli stesso vi crede), mentre non si tratta che di una parte rappresentata in teatro, nella quale parla la psiche collettiva». «Mediante la Persona si vuole apparire questo o quello; ci si nasconde dietro una maschera», dietro una determinata identità, perché «serva da baluardo protettivo», dove è la società stessa a richiedere a ciascuno che «rappresenti il meglio possibile la sua parte». (C.G. Jung, *L'io e l'inconscio*, cit., pp. 65-66, 89 e 109).
- 16 Su questo tema, cfr., naturalmente, C.G. Jung, *Il Libro rosso*. Liber novus, a cura di S. Shamdasani, Bollati Boringhieri, Torino 2010. Il curatore del vol., nella sua introduzione (Liber novus. *Il «Libro rosso» di C.G. Jung*, pp. XXV-CXXX), scrive che Jung stesso ebbe a dire che, in questa opera, «è possibile riconoscere [...] un resoconto delle varie fasi del suo processo di individuazione» (p. CVI).
- 17 *Opere di C.G. Jung*, vol. IX/2: *Aion: ricerche sul simbolismo del sé* [1951], cit., p. 179. Su Jung come un dissolutore del «paradigma centrista» della psicologia della coscienza, cui ne sostituisce «uno di tipo acentrato», che vede «la psiche come rete di molteplici componenti in continua composizione e scomposizione», cfr. P. F. PIERI, *Introduzione a Jung*, Laterza, Roma-Bari 2003, p. 109.

### 2. Psicoterapia dialettica

Jung colloca anche la pratica terapeutica sotto il segno dell'opposizione, in quanto la intende come un «procedimento dialettico», che mette capo sempre a «nuove sintesi»<sup>18</sup>. L'anima presenta, infatti, delle proprietà tali che «possono essere afferrate solo mediante antinomie»<sup>19</sup>.

[La] “problematica degli opposti” [...] è profondamente caratteristica della psiche. La struttura della psiche è [...] contraddittoria<sup>20</sup>.

E l'antinomia deve improntare di sé tanto l'approccio al lato dell'anima che si vuole illuminare<sup>21</sup>, quanto regolare il rapporto fra il terapeuta e il paziente, rapporto in cui il primo deve comportarsi non da «soggetto che agisce», ma fungere da «compartecipe» all'interno di «un processo di sviluppo individuale»:

[...] con questo procedimento [dialettico] il terapeuta entra in relazione con un altro sistema psichico come interrogante e come interrogato. Non è più colui che sa, giudica, consiglia; bensì partecipa al processo dialettico quanto [...] il paziente<sup>22</sup>.

La prima regola di una psicoterapia dialettica è, infatti, che l'individualità del paziente «ha la stessa dignità e ragion d'essere di quella del terapeuta», per cui tutti gli sviluppi individuali che hanno luogo nel primo «devono essere considerati validi, a meno che non si rettificano spontaneamente». Ed è proprio in questa «autoregolazione», in quanto tensione di forze contrastanti, che consiste l'“energetica” del processo vitale<sup>23</sup>.

Un esempio di tutto ciò è dato dal caso in cui il paziente intuisce che quel mutamento indotto dalla guarigione potrebbe richiedere un sacrificio troppo grande alla sua personalità. È questo il momento in cui il terapeuta, astenendosi da ogni ipotesi di trattamento medico, lascia completamente aperta la via alla soluzione individuale, ossia fa sì che il processo di

18 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica* [1935], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI: *Pratica della psicoterapia* cit., p. 7.

19 Ivi, p. 8.

20 C.G. Jung, *Psicoterapia e concezione del mondo* [1943], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, p. 88. Sulla «bipolarità immanente della psiche», intesa come «tensione di opposti», cfr. J. Jacobi, *Complesso, archetipo, simbolo nella psicologia di C.G. Jung*, cit., p. 172.

21 Nel senso che bisogna attenersi alla «regola», secondo cui «ogni tesi psicologica può pretendere di avere un significato soltanto se riconosce come valido anche il senso che risulta dalla tesi opposta». Cfr. C.G. Jung, *Questioni fondamentali di psicoterapia* [1951], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, pp. 123-136: p. 126.

22 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., p. 12. Su questo punto, S. Vegetti Finzi, *Storia della psicoanalisi*, A. Mondadori, Milano 1986, scrive che l'analista, per Jung, «non è tanto colui che detiene un sapere, quanto una guida [spirituale]» (p. 138).

23 Cfr. C.G. Jung, *Energetica psichica* [1928], in Id., *La dinamica dell'inconscio*, cit., pp. 11-77. Qui, al principio di individuazione è riconosciuta «un'unità integratrice» tale che la sua «forza è grande quanto quella delle pulsioni [disgregatrici]». L'uno e le altre formano «una coppia di contrari necessaria all'autoregolazione, coppia che è stata spesso definita nei termini di natura e spirito» (p. 60).

individuazione si attivi e faccia il suo corso liberamente. Ciò «non comporterà mutamento alcuno di personalità», ma consentirà al paziente di diventare finalmente «quello che è realmente»<sup>24</sup>. Psicoterapia dialettica vuol dire, qui, far proprio «un atteggiamento che eviti qualsivoglia metodo», che sia «il più possibile imparziale», in quanto assumerne uno potrebbe significare «distruggere [...] tutto ciò che [...] [nel paziente] è suscettibile di sviluppo individuale»<sup>25</sup>. Il processo di individuazione può, dunque, curare e, all'occorrenza, anche guarire. L'unica condizione è che il paziente riesca a trovare nel terapeuta qualcuno capace di *lasciar-essere* quelle propensioni che, del tutto spontaneamente, si manifestano in lui<sup>26</sup>.

Un'altra regola, che riguarda proprio l'interesse che il terapeuta ripone nel processo di sviluppo individuale del paziente, è che il primo, quando rileva, nel secondo, un «atteggiamento cosciente [...] innaturalmente unilaterale», deve provvedere a bilanciarlo con l'atteggiamento opposto: i «contenuti, complementari o compensatori, dell'inconscio». Inconscio che, in questo caso, assume «il significato speciale di correttivo dell'unilateralità della coscienza»<sup>27</sup>. Dato che nella nostra psiche esiste, infatti, uno «strato mitologico» estremamente sensibile alla fascinazione delle immagini arcaiche, ecco che il processo di guarigione dovrebbe esser capace di «mobilitare queste forze per fini suoi propri». È così che, dove poteva esistere il rischio di «una regressione nella storia dello sviluppo spirituale», si produce, invece, una «concentrazione e integrazione di forze», tale da mettere capo ad «un ordine nuovo».

Le rappresentazioni mitiche con il loro singolare simbolismo penetrano nelle profondità dell'anima umana, nei sostrati storici, dove la nostra ragione, la nostra volontà e le nostre buone intenzioni non giungono mai: esse scaturiscono infatti da quelle stesse profondità, e parlano una lingua che la nostra ragione attuale non comprende ma che fa vibrare le corde più intime del nostro cuore<sup>28</sup>.

Naturalmente, dovendo il terapeuta disporre di molte cognizioni nell'ambito delle scienze dello spirito, ciò non deve far pensare che la terapia non richieda altro che un vasto sapere.

- 
- 24 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., p. 14, dove Jung allude, chiaramente, al sottotitolo dell'opera *Ecce homo* [1888] di Nietzsche. Del primo sul secondo, cfr., in particolare, *Lo Zarathustra di Nietzsche. Seminario tenuto nel 1934-39*, 2 voll., a cura di J. L. Jarrett, ed. it. a cura di A. Croce, Bollati Boringhieri, Torino 2011-2012. Qui, a proposito del processo di individuazione, leggiamo: «Ognuno di noi esprime una totalità. Non ci si può individuare, in mancanza di un contatto con altri esseri umani [...]»: l'individuazione è possibile soltanto insieme o contro qualcosa o qualcuno» (vol. I, pp. 109-110).
- 25 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., pp. 11-12.
- 26 Al riguardo, M.-L. von Franz, *Il processo di individuazione*, in C.G. Jung / M.-L. von Franz / J. L. Henderson / J. Jacobi / A. Jaffé, *L'uomo e i suoi simboli*, coordinato da J. Freeman, tr. it. di R. Tettucci, Longanesi, Milano 1980, pp. 145-214, parla del processo di individuazione come di un «disegno obliquo, [...] una recondita tendenza direzionale o regolatrice, che determina un lento, impercettibile processo di sviluppo psichico»: «sviluppo» che «non può essere determinato da un consapevole atto di volontà, ma si verifica del tutto involontariamente e naturalmente» (p. 146).
- 27 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., p. 15. Sull'inconscio come «correttivo dell'unilateralità della coscienza», cfr. *Risposta a Giobbe* [1952], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XI: *Psicologia e religione*, tr. it. di E. Schanzer e L. Aurigemma, Boringhieri, Torino 1979, dove leggiamo che essa, messa di fronte al primo, «guadagna immancabilmente in ampiezza e profondità di giudizio», così che «tutta la personalità viene illuminata nelle sue parti più intime» (p. 449).
- 28 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., p. 19.

Altrettanto importante è la differenziazione morale della personalità del terapeuta.

Un trattamento medico che prescindendo dalla personalità di chi lo esercita è impensabile nell'ambito di una psicoterapia dialettica, per il fatto che, in essa, egli «deve uscire dal suo anonimato e render conto di sé: proprio ciò che richiede dal suo paziente». Il successo di una cura è dato, così, dal conseguimento di una giusta misura fra due rischi estremi: i rischi del terapeuta, da un lato, di «esser coinvolto nelle nevrosi dei suoi pazienti» e, dall'altro, di «proteggersi troppo dalla loro influenza», trascurandone l'«efficacia terapeutica»<sup>29</sup>.

In psicoterapia, il grande fattore di guarigione è la personalità del terapeuta<sup>30</sup>.

E, in merito a questa incidenza nel trattamento psichico della personalità del terapeuta, in vista del buon esito di esso, Jung giunge fino al punto di affermare che tale incidenza «è spesso infinitamente più importante di ciò che il terapeuta dice o pensa». E ciò perché la relazione fra terapeuta e paziente ha, innanzi tutto, il profilo di «un rapporto personale», dove «la cura è il prodotto di un'influenza reciproca», a cui l'uno e l'altro «partecipano interamente».

L'incontro di due personalità è simile alla mescolanza di due diverse sostanze chimiche: un legame può trasformarle entrambe. [...] [I] terapeuta è “in analisi” tanto quanto il paziente e [...], essendo come lui un elemento del processo psichico della cura, è esposto alle stesse influenze trasformatrici<sup>31</sup>.

In sostanza, si tratta di una vera e propria forma di educazione del paziente che si dà, essenzialmente, come una forma di «autoeducazione» da parte del terapeuta: il secondo si trasforma, per poter trasformare il primo, applica un metodo cui si sottopone, innanzi tutto, egli stesso:

[...] quel che era prima un metodo medico di cura diventa un metodo di autoeducazione; con ciò l'orizzonte della nostra psicologia assume improvvisamente dimensioni insospettite, [...] [perché le permette] di spezzare le catene che fino a oggi la vincolavano alla medicina.

Fino ad un certo punto, l'uomo occidentale ha pensato soltanto a «sottomettere e dominare la psiche». Poi, quando ha preso coscienza dello sviluppo metodico dell'anima e delle sue funzioni, tale sviluppo ha sostituito la costrizione. Si sono create, così, le condizioni affinché la psicologia, cessando di «essere semplicemente un metodo di cura per ammalati», prendesse come oggetto lo stesso curante e si desse come obiettivo l'«autoperfezionamento»<sup>32</sup> di quest'ultimo.

Per Jung, il rispetto dello sviluppo individuale del paziente, tratto che – come abbiamo

29 Ivi, p. 22.

30 C.G. Jung, *Medicina e psicoterapia* [1945], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, p. 98.

31 C.G. Jung, *I problemi della psicoterapia moderna* [1929], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, pp. 80-81.

32 Ivi, pp. 83-84.

visto – caratterizza profondamente la psicoterapia dialettica, deve tradursi anche sul piano della programmazione delle sedute, nel senso che esse vanno molto distanziate fra loro. E ciò affinché il paziente possa lavorare su se stesso e «imparare a trovare da sé la sua strada»: provvedere autonomamente ad integrare alla sua coscienza quei contenuti inconsci che sono proprio ciò che gli ha procurato la dissociazione nevrotica. In sostanza, introducendo un certo intervallo fra una seduta e l'altra, «il terapeuta risparmia al malato e a se stesso una quantità di tempo, che per il paziente significa [...] capacità di reggersi sulle proprie gambe anziché aggrapparsi a colui che lo cura»<sup>33</sup>. Con questo sistema, il tempo di intervallo stesso «assume una funzione curativa». Non solo, ma è proprio come se il terapeuta fornisse al paziente «le cognizioni psicologiche necessarie per liberarlo il più rapidamente possibile dall'autorità medica»<sup>34</sup>.

La psicologia deve abolirsi come scienza, e proprio abolendosi, raggiunge il suo scopo scientifico<sup>35</sup>.

Jung insiste sul fatto che il primo compito della psicoterapia «consiste nel mutare l'atteggiamento *cosciente* del paziente», nel senso che, senza «sopravvalutare l'inconscio» – come, invece, avrebbe fatto Freud –, essa non deve «incorrere nel pericolo di sottovalutare la coscienza»<sup>36</sup>. In più, sempre in riferimento a questo privilegio dell'inconscio, in Freud, egli lo avrebbe concepito soltanto come un «ricettacolo, un arsenale di materiale rimosso», laddove esso andrebbe visto, piuttosto, proprio come «la base e la condizione preliminare dell'esser coscienti»<sup>37</sup>.

Noi non dobbiamo [...] immaginarci la psiche inconscia come un mero ricettacolo di contenuti respinti dalla coscienza<sup>38</sup>.

Per il fatto che reale, per l'inconscio, è «anzitutto ciò che “ha effetto”, che agisce»<sup>39</sup>, i suoi contenuti non occupano un luogo remoto dalla coscienza, ma hanno, invece, la caratteristica di esercitare un'azione continua su di essa.

In psicoterapia, inoltre, produttivi non sono unicamente i successi, ma anche, e forse ancor di più, gli insuccessi: mentre i primi, spesso, servono solo a confermare il medico nei suoi errori, i secondi, invece, sono «esperienze estremamente preziose, in quanto non soltanto ci aprono la via verso una verità migliore, ma ci costringono altresì a mutare metodi e punti di vista»<sup>40</sup>. E, dal punto di vista personale, Jung afferma che quando, nel suo lavoro,

33 C.G. Jung, *Principi di psicoterapia pratica*, cit., pp. 23-24.

34 C.G. Jung, *Che cos'è la psicoterapia?* [1935], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, pp. 32-33.

35 *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche* [1947/1954], in *Opere di C.G. Jung*, vol. VIII, cit., p. 240.

36 C.G. Jung, *Alcuni aspetti della psicoterapia moderna* [1930], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, pp. 36-37 (*corsivo mio*).

37 Ivi, p. 39.

38 C.G. Jung, *I problemi della psicoterapia moderna*, cit., p. 66.

39 C.G. Jung, *Scopi della psicoterapia* [1929], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, p. 59.

40 Ivi, p. 47. Sulla produttività operativa dell'errore, Jung svolge le seguenti osservazioni. Dopo aver

si è visto costretto a cambiare veduta, ciò è stato per l'imporsi alla sua attenzione di fatti oggettivi, evidenti.

Lascio che la sola esperienza decida in merito agli scopi terapeutici<sup>41</sup>.

A tal punto la psicoterapia dialettica non conosce nulla di predeterminato a se stessa che si danno anche casi un cui si tratta non tanto di integrare i contenuti inconsci alla coscienza, quanto, proprio all'opposto, di «rafforzare o consolidare l'Io». Questo quando l'identificazione con l'inconscio può implicare, pericolosamente, «un certo indebolimento della coscienza»<sup>42</sup>.

Un altro punto, che tocca gli obiettivi primari della psicoterapia, è che essa non deve darsi come compito di «portare il paziente a un impossibile stato di felicità, bensì di insegnargli a raggiungere stabilità e pazienza filosofica nel sopportare il dolore». Il compimento e la pienezza della vita sta, infatti, nella ricerca di un «equilibrio tra dolore e gioia». Come meta del vivere, noi ci prospettiamo, spesso, il raggiungimento della massima felicità possibile, dimenticandoci, però, che «la felicità stessa è avvelenata», nel senso che, nel far ciò, non abbiamo provveduto, anticipatamente, a colmare «la misura del dolore».

Spesso dietro la nevrosi si nasconde tutto il dolore naturale e necessario che non siamo disposti a tollerare<sup>43</sup>.

Parlando di «stabilità e pazienza filosofica», Jung intende richiamare il medico alla necessità, per dar sostanza alla sua pratica, di andare alla scuola non dei filosofi accademici, ma dei medici-filosofi antichi: quelli per i quali «il corpo e l'anima non erano ancora stati dilacerati in facoltà distinte»:

[...] dobbiamo fondare il nostro lavoro sull'uomo; all'uomo dobbiamo poter rendere giustizia<sup>44</sup>.

---

affermato che, nella pratica analitica, il terapeuta deve «rivolgere la propria attenzione esclusivamente a ciò che è operante», egli scrive: «Se quel che a me sembra un errore è più positivo e più forte della verità, ho il dovere di cominciare con seguire l'errore, perché in esso si trovano la forza e la vita, che invece perdo se rimango là dov'è ciò che mi sembra vero» (C.G. Jung, *I rapporti della psicoterapia e la cura d'anime* [1932], in Id., *Psicologia e religione*, cit., p. 325).

41 C.G. Jung, *Scopi della psicoterapia*, cit., p. 49. Su questo motivo, Jung ritorna anche in uno dei suoi ultimi lavori: C.G. Jung, *Introduzione all'inconscio* [1961], in Id., *L'uomo e i suoi simboli*, cit., pp. 5-87, dove scrive che «nessun manuale può insegnare la psicologia [medica]: si può imparare solo dall'esperienza diretta» (p. 72). E proprio in questa attenzione «fenomenologica» verso il dato si consumerebbe, per Jung, un'altra fondamentale differenza fra lui e Freud: «Freud ha una "teoria"; io al contrario non ne ho, mi limito a descrivere dati di fatto» (C.G. Jung, *Lettere*, a cura di A. Jaffé, in collaborazione con G. Adler, tr. it. di C. Carniato e L. di Suni, vol. III: *1956-1961*, Magi, Roma 2006, p. 20 [Lettera a J. Jacobi del 13 marzo 1956]).

42 C.G. Jung, *Empiria del processo di individuazione* [1934/1950], in *Opere di C.G. Jung*, vol. IX/1: *Gli archetipi e l'inconscio collettivo*, a cura di L. Baruffi, pp. 340-341.

43 C.G. Jung, *Psicoterapia e concezione del mondo*, cit., p. 92.

44 Ivi, pp. 93-94.

[Q]uel che conta è [...] la cura dell'uomo psichico nella sua totalità.

E la psiche – ricorda Jung – non è un semplice fattore biologico: lo è anche, ma occupando un posto di eccezione entro questa sfera. La psiche «sa di essere e si comporta come esistente»:

[...] riflette l'essere, lo conosce, e tutto opera in essa.

Ne discende che l'identificazione di psiche e coscienza «non regge alla critica né all'esperienza»<sup>45</sup>. E con la scoperta dell'inconscio si è stato fatto molto, ma ciò non è ancora tutto. Bisogna arrivare a riconoscere che esso «non soltanto copre la maggior parte dell'esistenza, ma ne assicura la continuità». La psiche va vista, cioè, come un «microcosmo», anche nel senso che vi sono presenti «parti [...] non acquisite individualmente» e che «appartengono agli elementi strutturali» di essa. «Parti» che trovano la loro espressione nella forma di «mitologemi», l'identificazione dei quali «ha grande importanza pratica per lo psicoterapeuta»<sup>46</sup>.

Al culmine del processo di individuazione, Jung vede uno stadio in cui si mette capo alla creazione di «un nuovo centro della personalità»: «centro» che si rivela superiore all'Io, «prima [...] in virtù della presenza di simboli, poi [...] anche empiricamente».

Non potendo più chiamarlo «Io», l'ho definito «Sé»<sup>47</sup>.

Sé che è, quindi, «un'entità sopraordinata all'Io»: «abbraccia non solo la psiche cosciente ma anche la psiche inconscia».

[C]apire quel che siamo come Sé, è cosa che supera le nostre capacità rappresentative, giacché per quest'operazione la parte dovrebbe comprendere il tutto. Non c'è speranza di raggiungere una consapevolezza anche solo approssimativa del Sé, [il quale] [...] resterà sempre una grandezza sopraordinata a noi<sup>48</sup>.

All'altezza del Sé e proprio perché esso rappresenta il coronamento di un percorso scandi-

45 C.G. Jung, *Medicina e psicoterapia*, cit., pp. 99-100.

46 Ivi, pp. 101-102. Circa il fatto che tali «mitologemi» o «archetipi classici» sarebbero «rintracciabili nei misteri iniziatici antichi ed esotici o nella filosofia ermetica e medievale», dove si presentano «sotto forma di proiezione», ossia «nel fenomeno della traslazione [Übertragung]» (C.G. Jung, *Psicologia del profondo* [1948], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVIII: *La vita simbolica*, a cura di M.A. Massimello, Boringhieri, Torino 1993, p. 190).

47 C.G. Jung, *La psicoterapia oggi* [1945], in *Opere di C.G. Jung*, vol. XVI, p. 112. Sulla transizione, nell'individuo, dall'Io al Sé come un «rito di passaggio» articolato «in tre stadi: la separazione, la liminalità e la reintegrazione» (M. Stein, *Nel mezzo della vita*, tr. it. di P. Donfrancesco, Moretti & Vitali, Bergamo 2004). Nel senso che noi, dopo aver abbandonato l'identità di provenienza, ci consegniamo a quel «necessario periodo di liminalità, che è preliminare a una più profonda scoperta del Sé» (p. 35).

48 C.G. Jung, *L'io e l'inconscio*, cit., p. 92.

to, in ogni suo punto, dall'antitesi viene conseguita la «*complexio oppositorum*», la «sintesi degli opposti», la «diade unificata»: quel «tutto organico» che funge da «unità nella quale gli opposti trovano la loro sintesi»<sup>49</sup>.

In questa fase – come già vedevamo –, alla presa di coscienza compiuta dell'individualità corrisponde quella relativa alla «destinazione naturale dell'uomo», alla «consapevolezza della comunità umana»<sup>50</sup>. L'individuo, infatti, può contribuire al benessere della comunità solo ad una condizione: di aver già acquisito libertà e autodeterminazione personale.

L'individuazione è un'unificazione con se stessi e, nel contempo, con l'umanità, di cui l'uomo è parte<sup>51</sup>.

---

49 C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit., p. 477. Sulle ascendenze alchemiche di una tale «sintesi», cfr. i voll. XIII e XIV delle *Opere di C.G. Jung*: rispettivamente, *Studi sull'alchimia* (1929-1954), Boringhieri, Torino 1988 e *Mysterium coniunctionis. Ricerche sulla separazione e composizione degli opposti psichici nell'alchimia* [1955-1956], 2 voll., Boringhieri, Torino 1989-1990, l'uno e gli altri a cura di M.A. Massimello. Nel secondo di essi, leggiamo, appunto, che nell'*opus* alchemico, ossia nell'«opera di riconciliazione degli opposti apparentemente incompatibili», tale incompatibilità viene vista non solo come un'«ostilità naturale», ma anche e soprattutto come «un conflitto morale» (vol. II, p. 553).

50 C.G. Jung, *La psicoterapia oggi*, cit., p. 118. Sul Sé, in Jung, come «la guida, e la stessa meta finale dell'itinerario personale dell'individuazione», cfr. G. Jervis, *Il mito dell'interiorità. Tra psicologia e filosofia*, a cura di G. Corbellini e M. Marraffa, Bollati Boringhieri, Torino 2011, p. 57.

51 C.G. Jung, *La psicoterapia oggi*, cit., p. 118.