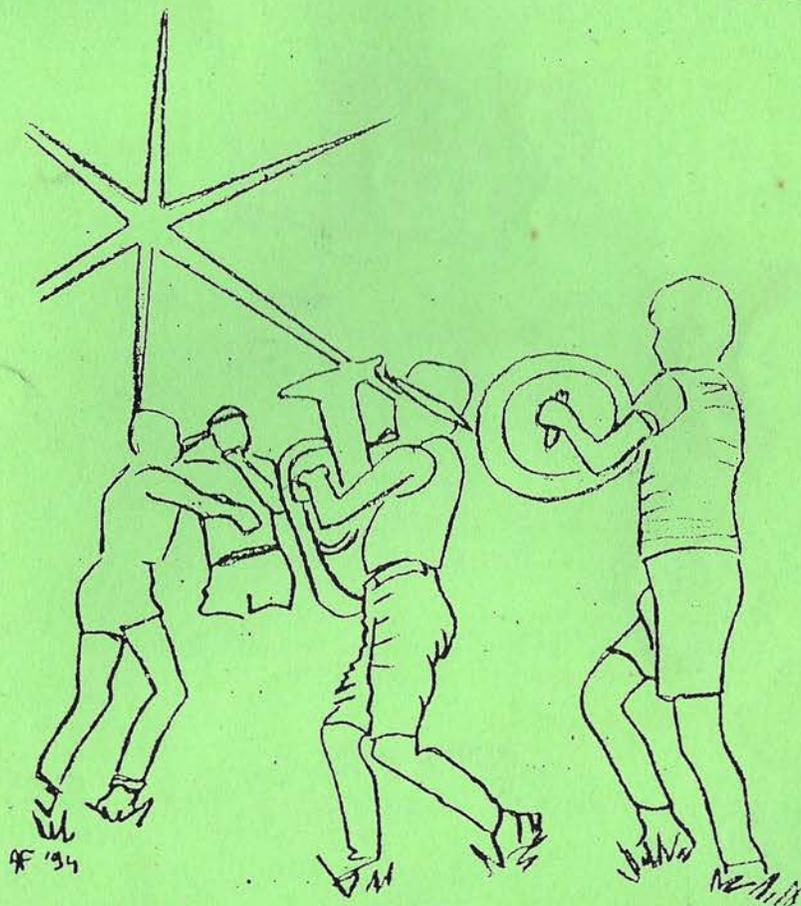


# UROBOROS

SCIENZA, ARTE, CULTURA

NUMERO 5

PRIMO SEMESTRE 1994



"La cultura del cuore"

*L'uso delle tecniche non verbali in psicologia simbolica*

*Introduzione*

Come i primitivi che istituirono dei rituali per mettere in evidenza i fenomeni psichici, molti analisti riconoscono le limitazioni di una prassi centrata unicamente sull'elaborazione verbale. L'esempio di Jung dimostra che la convivenza con i simboli inconsci può essere più importante, al fine della loro integrazione, della spiegazione razionale. Le tecniche psicoterapiche, oltre alla *immaginazione attiva*, sembrano svilupparsi sempre più verso le *vivenze*: tecniche corporee, plastiche, ecc., in modo tale che i fatti interiori possano essere esperiti più profondamente. Jung descrive nella sua opera alcuni mezzi che adoperò per capire le immagini interiori. Egli incitava l'analizzando ad amplificare il tema portato dalle immagini inconsci attraverso l'attività artistiche come la pittura e il modellamento. Questi mezzi sono una combinazione di immagine e azione. Essi permettono al soggetto di continuare il suo rapporto con i simboli senza dipendere dall'analista. Escludere queste possibilità significherebbe ridurre le dimensioni della realtà psichica e diventare prigionieri di un mondo di parole impersonali, senza tocco, senza sapore.

I

*L'argilla come possibilità di trasformazione*

"Non fosse per la terra, nel nostro lavoro l'aria si perderebbe, il fuoco non potrebbe nutrirsi e l'acqua non avrebbe contenitore", Jung in *Mysterium coniunctionis*.

La manipolazione concreta del fango può servire da supporto al processo di trasformazione del

paziente. Si tratta del contatto con la *prima materia* che inizia il soggetto alla ricerca della pietra filosofale. L'argilla rimanda al fango con cui è stato fatto Adamo e quindi al Creatore. Inizialmente, il lavoro va svolto ad occhi chiusi, dopo di che si può chiedere al soggetto di parlare della sua opera. Quando quest'ultimo esprime spontaneamente le proprie angosce o le proprie aspirazioni inconsci a mezzo di un oggetto, attraverso i movimenti di *introversione* e di *estroversione* della *libido*, accade una *depotenzializzazione* dello stesso oggetto, con la conseguente *assimilazione* del complesso.

II

*Il corpo come contenitore alchemico*

"E allora, l'individuazione può succedere solo se ritorni prima al corpo, alla tua terra", Jung in *Seminario delle visioni*.

Portare il paziente a sperimentare un altro tipo di rapporto con sé stesso e con il mondo, affrontando i conflitti di cui non aveva piena coscienza, vuol dire aumentare le sue possibilità di adattamento e la sua sicurezza. L'essenziale, in partenza, non è l'interpretazione, ma la *vivenza*. Il corpo deve diventare uno dei maggiori strumenti della propria realizzazione. La sua importanza nella psicologia junghiana deriva dall'archetipo Terra, o archetipo della Grande Madre. Mediante il corpo, l'essere umano è consegnato sia all'aspetto positivo, nutritivo, che all'aspetto contrario, divorante, dello stesso archetipo.

La profondità e l'intensità dei sentimenti di una persona sono per lo più espresse attraverso le risposte corporali, come ad esempio il respirare profondamente. E' interessante osservare che con l'uso delle tecniche corporali i pazienti diventano più sensibili e coerenti, capiscono maggiormente le comunicazioni dell'organismo acquistando così familiarità con il proprio universo simbolico. Ogni

partè del corpo mostra infatti un suo simbolismo. Con il tocco, ci si può avvicinare alla comprensione dei simboli corporei e si stabilisce così un dialogo tra coscienza e inconscio.

Il rilassamento occupa una posizione di spicco fra le tecniche corporali perché, attraverso la commutazione dei processi fisiologici di autoregolazione, esercita una azione retroattiva sull'affettività, cambiando le reazioni della personalità. Il rilassamento induce all'introspezione ed alla riproduzione di antiche vivenze impresse nel corpo. Esso propizia la liberazione delle energie imprigionate e, associato alla psicoterapia analitica, favorisce l'integrazione della personalità e quindi l'individuazione di quest'ultima.

### *Conclusione*

In qualità di psicoterapeuta junghiana, elaboro quotidianamente con i pazienti i contenuti che emergono dall'inconscio grazie alle tecniche di approccio corporale. Mi capita frequentemente di osservare che spesso l'espressione verbale contraddice quella corporale senza che il paziente se ne renda conto. Ma l'inconscio non si inganna. Il nostro compito è quello di capire la discrepanza tra i due messaggi e di conciliare gli opposti. Nasce così per il paziente una nuova relazione con il suo mondo interiore. Egli acquista un nuovo senso del suo valore e della sua forza, perché ora egli vede e sente. Basandosi sulla sua propria esperienza, egli incomincia a percepire che esiste un fattore interno di guarigione e di organizzazione della propria vita che trascende l'ego e di cui si può fidare.