

AUTORICERCA

# Il male psicologico

Giulia Ruffino

Numero 27

Anno 2023

Pagine 233-273

 LAB

## Riassunto

Il presente articolo intende esplorare il tema del male da un punto di vista psicologico, prendendo in esame il pensiero Carl Gustav Jung e la letteratura successiva. Si cercherà di comprendere più intimamente e da vicino la questione del male, per l'importanza che riveste individualmente nelle nostre vite, a partire da un pensiero che è complesso, profondo e trasversale. Partendo da un inquadramento teorico della psicologia del profondo, con la sua definizione di psiche e di statuto epistemologico, si tratteranno i punti chiave della prospettiva junghiana: la teoria dell'inconscio collettivo e degli archetipi. Si ragionerà sulla questione del male nel vissuto psicologico tra etica (il "peccato") e metafisica (il "karma"), per poi analizzare il concetto di Ombra come archetipo nell'esperienza analitica.

## Introduzione alla psiche

Ci si pone subito un problema di metodo: definire che cosa sia e cosa si intenda per “psiche”. La psicologia può essere definita come una disciplina scientifica sul piano epistemologico, ma sul piano ontologico non esiste ancora una definizione univoca di “mente”. Per i neurologi la mente si sviluppa dal funzionamento cerebrale, con Freud e la nascita dello “psichico”, cambia la modalità di pensare la malattia mentale. Freud è un neurologo ben prima della nascita della psicoanalisi. Pur volendo sempre trovare un nesso tra la sua teoria della psiche e il cervello, ci rinuncia. Freud ipotizza che un giorno la psicoanalisi, nonostante sia una cura valida, verrà sostituita dall'utilizzo di farmaci di sintesi e da altre teorie della mente più sofisticate e sviluppate:

L'avvenire forse ci insegnerà ad influenzare direttamente, con speciali sostanze chimiche, le quantità d'energia e la loro distribuzione nell'apparato psichico (...) probabilmente il futuro stabilirà che l'importanza della psicoanalisi come scienza dell'inconscio oltrepassa di gran lunga la sua importanza terapeutica (Freud, 1925).

Freud non rinuncia all'idea positivista del riduzionismo, né all'ipotesi che ciascuno di noi abbia un imprinting biologico; tuttavia, reputa più utile la strada della psicoanalisi con la sua attenzione alla soggettività, alle relazioni e ai disagi del singolo individuo. L'ipotesi dell'esistenza di un piano psichico, non organico, come causa di manifestazioni osservabili nel corpo e nel comportamento dell'individuo, porta gli psicologi a studiare in modi differenti la mente: comportamentisti, psicoanalisti, cognitivisti. Ognuno con una diversa teorizzazione della mente, concettualizzazione del disagio psichico e teoria del cambiamento. Ma appunto, si tratta di teorie e scelte di metodo. Una risposta univoca della scienza psicologica alla domanda ontologica: “che cosa è la psiche?” Non esiste ancora.

Si ricorre dunque allo studio delle manifestazioni della psiche. Dal momento che i nostri sensi reagiscono a fenomeni reali creando

sensazioni tattili, visioni, suoni, gusti, odori, ci si sposta da un piano di realtà (oggettivo) al piano della mente (soggettivo). La realtà diventa un evento psichico di cui ignoriamo la sostanziale natura.

La realtà psichica è in definitiva qualcosa di inafferrabile [...] Tutto ciò che sperimento è psichico. Anche il dolore fisico è un dato psichico. E tutti i dati sensoriali [...] sono pur essi immagini psichiche costituenti la mia unica esperienza immediata: poiché la mia coscienza ha esse sole per oggetto immediato (Jung, 1967/1994, pp. 378-379).

In questo senso Jung è empirista e kantiano: l'essere umano non potrà mai entrare in contatto con il noumeno (l'essenza del reale) ma solo con il mondo dei fenomeni, delle percezioni soggettive e delle rappresentazioni, filtrato dalle forme a priori della nostra mente. Perciò è essenziale studiare la mente per comprendere il mondo. Ciò che è fondamentale cogliere in ambito psicologico è che i concetti utilizzati dagli studiosi della mente come "inconscio", "personalità", "complesso", non sono realtà ontologiche o metafisiche esistenti di per sé e sulle quali filosofeggiare, discutendo sulla loro esistenza in modalità vero/falso: si tratta di realtà empiriche e di simboli in grado di favorire l'esperienza diretta del singolo, che permettono di ancorare le sue percezioni nel "qui ed ora" per spianare la strada a nuove intuizioni su di sé e sul mondo.

Il concetto d'inconscio collettivo non è né speculativo né filosofico, ma empirico (Jung, 1934/1977, p. 72).

Affermazioni come "l'inconscio non esiste" sono infondate poiché stanno su un piano ontologico e ancora su questo piano, non siamo stati in grado di definire in modo oggettivo che cosa sia la mente, ma soltanto di osservare il suo funzionamento.

Quindi se per il biologo è importante studiare l'anatomia del corpo umano che ha una lunga storia evolutiva dietro di sé, per Jung è necessario studiare l'anatomia della psiche la cui attività è immaginativa: i suoi prodotti sono le immagini, le fantasie, i sogni. Nell'intreccio evolutivo tra biologia e cultura, la psiche dell'essere umano ha ospitato contenuti differenti nel corso delle epoche, manifestandosi attraverso le arti e le scienze. Il mondo è psiche, e la psiche è mondo.

Dalla psiche procede assolutamente ogni esperienza umana, e a lei

ritornano infine tutte le conoscenze acquisite. La psiche è inizio e fine di ogni conoscenza. Anzi, essa non è soltanto l'oggetto della sua scienza, ma ne è anche il soggetto (Jung, 1937/1976, p. 240).

## La teoria junghiana

Padre della psicologia analitica o “psicologia del profondo”, psichiatra e punto di riferimento per i pensatori dell'epoca, Carl Gustav Jung dedica grande attenzione allo studio di antropologia, filosofia, e religione attraverso sistematiche indagini empiriche, dando vita ad una nuova forma di psicologia: profonda, complessa e intuitiva. Dopo un intenso confronto umano e scientifico con Freud, se ne distacca nel 1910 in concomitanza con il suo crescente interesse per l'Oriente (Barone, 2019).

La prospettiva junghiana offre una chiave di lettura trasversale per esplorare non solo della psicopatologia, ma l'intera gamma delle vicende umane.

In questa sezione si trattano i principi fondamentali del pensiero junghiano, al fine di comprendere l'inquadramento teorico del tema da trattare. La nascita del pensiero junghiano si colloca nell'ambito di una specifica teorizzazione della psiche, costituita dai complessi e dagli archetipi dell'inconscio collettivo, e rappresenta un approccio complesso allo studio dell'essere umano che Jung chiama “psicologia del profondo”.

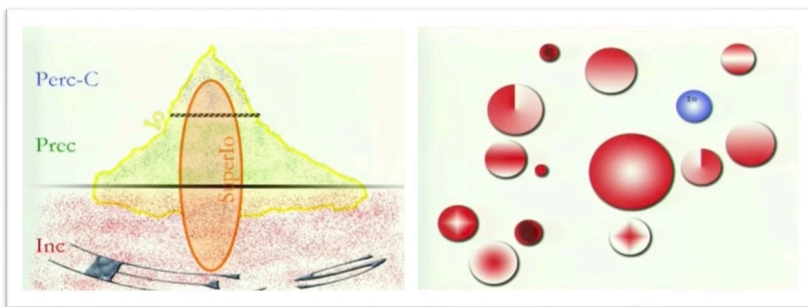
### Un modello di psiche e la teoria dei complessi

Come introduzione, si propone una panoramica storica della nascita e del consolidamento del pensiero junghiano. Per Freud la nascita della psicoanalisi segna una “terza rivoluzione” nella storia dell'uomo, che dopo le ferite egoiche inferte dalle scoperte di Niccolò Copernico (la Terra non si trova più al centro dell'universo) e di Charles Darwin (l'uomo è il prodotto di un adattamento evolutivo), si trova a perdere nuovamente potere su stesso di fronte al concetto di “inconscio” (Freud, 1932/1979, p. 190). La psicoanalisi nasce nell'Ottocento in un contesto romantico e positivista. Il Romanticismo è un movimento di pensiero che si

sviluppa in Europa a partire dalla fine del Settecento e che ha come principio fondante la fede nel sentimento come guida alla scoperta della verità, in negazione della ragione illuminista, cinica e limitata. I temi del Romanticismo sono l'amore per l'uomo, la patria e la nazione, con la loro storia e le tradizioni pittoresche; ma anche la spiritualità, l'esoterismo e l'esotismo inteso come "altrove" spaziale e temporale, idealmente orientale, in cui fuggire alla ricerca di sé e della propria individualità. Per i romantici l'uomo vive nella ricerca dell'assoluto che mai può finitamente appagare, si tratta di una tensione verso l'infinito immanente alla realtà che genera fascino e sgomento allo stesso tempo perché inafferrabile e sublime, perciò si strugge. Per Schopenhauer la volontà è una potenza oscura che continua a possedere l'uomo, per Nietzsche l'uomo si strugge per la morte di Dio vivendo un terribile senso di vuoto e di totale assenza di scopo, Wagner suona una musica travolgente, terrificata e irrazionale.

Il Positivismo, prosecutore dell'Illuminismo, è la corrente di pensiero che sostiene la razionalità come metodo per la comprensione integrale del mondo, fondata su un rigoroso metodo scientifico ed empirista. Sia Freud sia Jung sono profondamente positivisti e romantici.

La differenza essenziale tra i modelli di psiche freudiano e junghiano, è che per Freud la psiche ha una struttura gerarchica identificabile con l'immagine dell'iceberg, mentre per Jung la dimensione mentale è un insieme complesso, stratificato e tridimensionale più simile ad un arcipelago (come per Janet).



**Figura 1** A sinistra: Modello di psiche Freud; a destra, modello di psiche Jung (Vadalà, 2013)

La struttura della psiche per Freud è una piramide che ha come vetta l'istanza "Io". Facendo coesistere i due modelli freudiani topografico e strutturale, si osserverà che al vertice si trova l'Io come istanza più importante in parte preconsceia e conscia, mentre in basso si trova l'istanza "Es", come covo di pulsioni in inconscio da domare e tenere a bada.

Per Jung l'inconscio è preesistente alla coscienza e non è solo rimosso, è la matrice primordiale della psiche che con l'evoluzione ha acquistato maggior consapevolezza di sé e capacità riflessiva. La psiche è un arcipelago costellato da complessi, tra cui l'Io, cioè insiemi di rappresentazioni collegate fra di loro da associazioni per similitudine o vicinanza. Mentre Freud sostiene lo "scarico delle pulsioni", cioè l'idea che gli affetti premano per scaricarsi, in Jung gli affetti sono la colla della psiche umana poiché creano aggregazioni emotivamente cariche di rappresentazioni.

Se per Freud, l'Io è il complesso in cima all'iceberg, per Jung è un complesso come gli altri neanche tanto importante.

Il costrutto teorico di "complesso" viene elaborato da Jung in seguito agli studi sui nessi associativi nei pazienti gravi psicotici affetti da schizofrenia (1907). Per Jung, la struttura della psiche è costituita da elementi disgiunti, insiemi emozionali-affettivi che si aggregano attorno a nuclei di disposizioni formali innate (archetipi): questi insiemi prendono appunto il nome di "complesso". (Raggi, 2021). Se i complessi a tonalità affettiva appartengono alla sfera dell'inconscio personale, gli archetipi si riferiscono all'inconscio collettivo.

Secondo Jung la mente è strutturata come un arcipelago: ciascuna isola rappresenta un complesso aggregatosi attorno un archetipo (un nucleo ipotetico) ed è connessa alle altre tramite affetti. Ciascun complesso è un insieme di rappresentazioni tenute legate da una tonalità affettiva dinamica, che vanno a costituire un "frammento" più o meno grande, caratterizzato da una qualità percettiva, affettiva e mnemonica. Il grado di salute mentale è determinato da due aspetti: il livello d'integrazione tra i diversi complessi e la quantità di coscienza con cui ciascuno di essi emerge dall'inconscio (*ibidem*).

### **Statuto epistemologico della psicologia del profondo**

Dal latino *scientia*, che significa conoscenza, la parola "scienza" indica qualsiasi formulazione esatta e sistematica sulla realtà. La

scienza è un parto della filosofia: quell'attività speculativa connaturata nell'essere umano che lo spinge a ricercare la verità, per la quale nutre una tensione che comunica attraverso interrogativi e riflessioni.

Nell'antica Grecia, il termine usato per indicare la scienza è *episteme*, un sapere valido e sacro che consente di acquisire saggezza. Partendo da questa considerazione, sembra che la scienza sia nata in Occidente, così come la filosofia. In effetti, c'è chi sostiene che il passaggio da un sapere mitologico (*mythos*) ad una conoscenza razionale (*logos*), sia avvenuto con la nascita della filosofia greca. C'è anche chi afferma che la scienza proviene da Oriente, culla di espressione di una pluralità di filosofie nate in un'epoca antecedente alla civiltà greca e latina. Aldilà del vecchio dibattito “è nato prima l'uovo o la gallina?”, la scienza è caratterizzata universalmente dall'esercizio dell'intelletto per la costruzione di un sapere empirico. Non possiede verità assolute, non spazia nel non reale, ma indaga a partire dall'esperienza diretta un oggetto di studio da incontrare con metodo. Una seconda caratteristica della scienza è la qualità analitica ugualmente diretta ai fenomeni della natura e dell'uomo. La scienza parte dai fatti, osservazioni dirette di fatti oggettivi per pronunciare leggi, asserzioni secondo le quali certi eventi sono regolarmente associati, formulando teorie, spiegazioni di fatti e leggi esistenti che sono lo strumento per mettere alla prova ipotesi, previsioni di nuovi fatti.

A partire dall'Illuminismo e in seguito dal Positivismo, la scienza diviene strumento elettivo per la conoscenza della realtà, capace di condurre ad un sapere assoluto, documentabile e verificabile con rigoroso metodo scientifico. Così nascono le *hard sciences*, le “scienze dure”: la biologia, la fisica, la chimica. La rinuncia all'assolutezza scientifica avviene presto nel Novecento, quando con la cosiddetta “crisi dei fondamenti” e l'introduzione del paradigma falsificazionista di Karl Popper (1969), la scienza ridiscute i suoi limiti autodefinendosi generatrice di un sapere basato su ipotesi e quindi falsificabile.

La nascita delle *soft sciences*, le “scienze morbide”, apre una nuova possibilità di ricerca scientifica basata su oggetti di studio non oggettivamente determinati, cioè non direttamente osservabili, non sperimentabili in laboratorio e non dimostrabili attraverso formule matematiche. Le scienze psicologiche, sociali, economiche e



politiche applicano un metodo scientifico, cioè, possiedono una scientificità epistemologica, ma non ontologica. Richiedono un processo di operazionalizzazione che consenta il passaggio dal concetto alla sua osservazione sperimentale. Ad esempio, non possiamo misurare direttamente la psiche, ma possiamo definirla a partire da un costrutto teorico per osservarla indirettamente nelle sue manifestazioni fisiologiche e comportamentali.

Nonostante la distanza scientifica di queste materie dai fenomeni naturali, è possibile sperimentare ogni giorno l'esistenza di una realtà creata dall'essere umano prodotta dai suoi comportamenti e pensieri (psiche), dalle sue azioni collettive (società), dalla sua disponibilità di risorse (economia) e dalle sue decisioni (politica).

Un passo oltre viene compiuto da Fichant e Pecheux (1969) che considerano un'operazione ingenua quella di definire una disciplina scientifica in base al suo oggetto o al suo campo di studio. Scrivono che un settore scientifico "non nasce dalla definizione di un oggetto, né dall'incontro di un oggetto con un metodo, ma dalla costituzione di un insieme di concetti con le loro regole di produzione [...] il suo divenire è quindi la formazione dei suoi concetti e delle sue teorie [...] anche all'interno dell'unità nominale di una medesima scienza, alcuni concetti ed alcune teorie possono avere evoluzioni differenti, formazioni concettuali differenti non riferibili ad un unico modello" (*ibidem*). Dunque, l'oggetto di una disciplina non è costituito da un qualche aspetto del mondo fisico-naturale o sociale, ma dall'ottica con cui tale aspetto è ricostruito in forma problematica all'interno di un sistema di concetti e di modelli teorico-empirici.

Un altro aspetto è che la scienza, abituata ad una concezione materialistica della realtà, assume di partire dall'osservazione diretta di fatti oggettivi. Secondo la mistica e le recenti scoperte della fisica quantistica, la realtà non si limita alla materia e l'osservatore modifica l'osservato (Sassoli de Bianchi, 2018).

Ora, osservare qualcosa e trarne dei risultati sta alla base della ricerca, perciò rifiutare questa possibilità significherebbe rifiutare ogni possibilità di crescita. Una buona scienza è empirica e deve poter dedurre dall'osservazione, con la consapevolezza oggettiva del limite di una visione che lascia sempre spazio a modifiche. La scienza che conosciamo oggi considera oggettivo tutto ciò che può

essere osservato nella materia più volte e da più persone, questo definirebbe ciò che è reale. Nel momento in cui la scienza attuale parte da un'idea, la ricerca scientifica avrà come limite la teorizzazione dell'intelletto. Kantianamente, l'intelletto umano non può entrare in contatto con il fatto oggettivo (noumeno), ma solo con le sue manifestazioni fenomeniche (fenomeno).

Perciò l'intelletto non può raggiungere una visione oggettiva, perché cerca di colmare sé stesso con altro intelletto. Si può affermare che l'essere umano conosca soltanto attraverso la sua sensibilità individuale, un sentire che ha sviluppato lungo il corso di esperienze soggettive in un corpo e in una mente. Da qui l'importanza della dimensione soggettiva come unica possibilità di conoscenza, cioè legata alla percezione del soggetto e alla centralizzazione del sé. Ma per "soggettivo" s'intende anche tutto ciò che non necessariamente corrisponde alla realtà della vita, proprio perché condizionato e collegato all'esperienza dell'individuo.

Si definisce "oggettivo" ogni tipo di percezione che coincide con la natura reale delle cose. Esistono persone con una visione più oggettiva di altre perché esiste questa possibilità: esercitare l'intelletto alla contemplazione di una visione sempre più oggettiva del reale. Ma se la realtà si colora della somma delle esperienze di chi la osserva, come rendere oggettivo lo sguardo dell'osservatore? Esiste una scienza dell'osservatore?

La psicologia di Jung è una forma di ricerca che indaga la realtà interiore e studia l'essenza delle cose nella sua totalità. Uno studio che ricerca l'essere nella sua percezione della realtà. Come scrive Trevi:

[...] Certo, se l'oggetto della scienza è universale, l'individualità psichica sfugge e sempre sfuggirà a ogni tentativo di sistemazione scientifica. Sennonché, a questo punto, non si deve abbandonare l'impresa di fare scienza dell'individuo e del suo processo individuativo, ma si deve seguire Jung – ed eventualmente andare oltre di lui sulla strada da lui percorsa solo fino a un certo limite – nel ripensare lo statuto scientifico di quella scienza ambigua che è la psicologia in cui l'oggetto rifluisce sempre nel soggetto che lo descrive e il soggetto è costretto a divenire oggetto della propria osservazione" (Trevi, 2020, pp. 26-27).

Concludendo si potrebbe dire, insieme a Marozza (2012), che la

specificità del metodo junghiano si contraddistingue rispetto le altre forme di psicoterapia che si ispirano a principi tecnici, poiché: “scaturisce dalla necessità di trasformare ogni volta in pensiero l’implicazione esperita nella realtà clinica, considerando inutile, o banalmente suggestivo, l’uso in senso applicativo o solamente tecnico di un sapere acquisito fuori di ogni specifica esperienza” (*ivi*, p.144). Ribadendo, in questo modo, l’importanza della ricerca sul metodo, sui suoi limiti e sulle sue possibilità, proprio dell’ambito epistemologico.

### **La teoria dell’inconscio collettivo**

Il modello di psiche di Jung si basa su due meccanismi psicologici: l’inconscio collettivo e gli archetipi. La comprensione dell’inconscio da parte di Jung è la principale differenza tra le sue teorie e quelle dei suoi predecessori e offre un approccio alternativo allo studio della psicodinamica.

È da considerare però che le teorie collettive sull’esistenza di un inconscio transpersonale sono diffuse nella cultura del Novecento. La percezione che l’inconscio collettivo sia attribuibile a Jung non è del tutto corretta. Come Shamdasani spiega in alcuni dettagli, le idee di Jung devono molto ai teorici della psicopatologia individuale e quando nel 1916 Jung formula l’idea di un inconscio filogenetico continua la tradizione dei teorici di memoria organica come Hering, Butler, Ribot, Forel, Laycock e Hall (Shamdasani, 1998).

Ad uno sguardo iniziale, sembra ironico che Jung produce una teoria dell’inconscio collettivo che cerca di includere tutte le persone senza distinzione di tempo, classe e religione, quando il suo lavoro nella vita è quello di trattare individualmente. Questo paradosso è comprensibile quando sia Freud che Jung elaborano delle teorie sul funzionamento generale della psiche.

Nell’opera *L’Io e l’inconscio* (1928), Jung non si sofferma sulle differenze della sua teoria con quelle di Freud e Adler (come descrive in *Psicologia dell’inconscio*, 1917) ma teorizza l’esistenza di un inconscio collettivo, oltre a quello personale freudiano, comune a tutta l’umanità, responsabile di tutti i tipi di manifestazioni comportamentali, inclusi conflitto e ansia.

L’inconscio personale di Jung è lo stesso teorizzato da Freud, cioè il luogo o il contenitore di contenuti sottratti alla coscienza perché percepiti come insopportabili e indispensabili all’attuale e

ancor più infantile strato istintivo della vita psichica umana. La preoccupazione principale di Freud però riguarda il “romanzo familiare” e come il bambino facesse i conti con il desiderio per la madre e il suo sentimento di competizione per il padre: il complesso edipico.

Freud vede nel complesso edipico la definitiva lotta per la formazione del carattere e l'esperienza universale dell'umanità. L'altro fattore di formazione della coscienza era la lotta individuale tra istinti sessuali e inibizione della società. In *Disagio della civiltà* (1930), Freud suggerisce che la repressione degli istinti sessuali è vitale per gli umani per non farli cadere nell'indolenza sessuale e nella gratificazione, per questo la società impone delle restrizioni nella condotta sessuale in modo da sublimare queste energie nell'evoluzione della Cultura e nella costruzione di una società. In sostanza per Freud, il fatto che gli individui affrontino degli eventi in comune non implichi necessariamente l'esistenza di un inconscio condiviso da tutti gli umani.

Oltre agli impulsi sessuali riconosciuti da Freud, Jung colloca nell'inconscio personale anche le immagini e i sentimenti scomodi che possono essere rimossi intenzionalmente e coscientemente (non solo la rimozione classica). Situazioni vissute nel passato precedentemente ricordate e poi dimenticate possono cadere nell'inconscio personale, così come le nuove esperienze percepite nella vita di tutti i giorni raggiungono la coscienza solo in minima parte; perciò, vanno a nascondersi nell'inconscio nel momento stesso in cui vengono percepite. La percezione accade principalmente al di sotto della soglia della coscienza; perciò, è compito dell'Io quello di selezionare gli stimoli che possono accedervi, riconoscendo costantemente le esperienze rilevanti ed escludendo quelle marginali.

Per “Io” intendo un complesso di rappresentazioni che per me costituisce il centro del campo della mia coscienza e che mi sembra possedere un alto grado di continuità e di identità con sé stesso (Jung, 1921b, p. 507).

Ciò avviene attraverso la repressione che per Jung non è solo un meccanismo di difesa, ma anche un atteggiamento necessario della psiche che aiuta a creare e a mantenere un “Io” cosciente e funzionante integrato nella realtà. Per Jung l'Io è il “soggetto della

coscienza” (Jacobi, 1940/2014, p. 19), ma definisce la coscienza come “la funzione o attività che mantiene il rapporto di contenuti psichici con l’Io” (Jung, 1921a, p. 470). In un tempo successivo, i contenuti rimossi posso riemergere in sogno o in pensieri della vita diurna. La funzione repressiva dell’Io è necessaria per mantenere intaccato il senso di realtà; infatti, le popolazioni primitive con degli “Ego” consci poco sviluppati e gli psicotici con degli “Ego” fragili possono essere annientati dall’inconscio. Quando la pellicola protettiva dell’Io che, come un diaframma, filtra e regola le percezioni della realtà conscia e inconscia, esteriore ed interiore, è poco sviluppata o indebolita (ad esempio a causa di uno stato alterato di coscienza indotto da sostanze), l’individuo può venire sopraffatto dai contenuti rimossi; come un deposito, questi vanno ad alimentare l’Ombra, un aspetto archetipico che ad esempio nei popoli primitivi si manifesta sottoforma di paure arcaiche, credenze magiche e superstizione. (Roth, 2006, cap. 13).

L’inconscio collettivo è il luogo di una sfera psichica più ampia, la “psiche collettiva”, che si riferisce a tutto ciò che non ha carattere individuale in una persona, comprendendo sia il mondo conscio che il mondo inconscio. Quindi esistevano due fonti nella vita di un individuo: delle esperienze che erano filtrate dall’inconscio personale e dei vissuti riconducibili all’umanità nel suo insieme che chiamò inconscio collettivo.

L’esistenza di un inconscio collettivo si collega alla concezione di “psicologia dell’umanità” che per Jung si è evoluta per fasi come diversi strati di esperienza che sono stati fissati come un modello “geologico” con strati razziali e nazionali. Con questa percezione Jung sente di dare un contributo unico alla psicologia aggiungendo una scala temporale preistorica e una prospettiva che includeva il significato psicologico di intere società, siano esse tribù isolate o intere razze.

Jung pensa che le diverse nazioni avessero caratteristiche psicologiche uniche che potevano essere identificate. Fin dall’inizio dei suoi scritti scrive che in un lasso di tempo sufficientemente lungo le caratteristiche psicologiche socialmente formate sono divenute differenze razziali trasmesse biologicamente (teoria simile al concetto neo-lamarckiano di ereditarietà).

## La teoria degli archetipi

Nella revisione della teoria degli archetipi, è necessario sottolineare che Jung non sistematizza mai la sua definizione di archetipi, né impostato dei criteri per riconoscere o dare prova di un archetipo (Lewin, 2009, pp.160-161).

Spesso nei suoi scritti tratta allo stesso modo archetipi e immagini simboliche. Dal principio della sua pratica psichiatrica nel 1900 a Burghölzli, Jung è affascinato dalle immagini simboliche che appaiono nelle fantasie dei suoi pazienti (immagini che più avanti definisce come manifestazione di forme archetipiche) (*ibidem*, p. 162).

In *Simboli della trasformazione* (1912b), Jung fornisce una prima indicazione di simbolo, portando “alcuni esempi di immaginazione inconscia creativa”, tema che mette a punto insieme a dei suoi stretti collaboratori nell’opera conclusiva del suo pensiero, terminata pochi anni prima della sua morte *L’Uomo e i suoi simboli* (1964). “Il simbolo (dal greco *symbolon*) non è né allegoria né segno (*seméion*) ma l’immagine di un contenuto che per la massima parte trascende la coscienza. Resta ancora da scoprire che tali contenuti sono reali, cioè agenti con i quali è non solo possibile, ma sinanco utile venire a un accomodamento” (Jung, 1970, p. 87). “Benché in origine e naturalmente si creda ai simboli è possibile anche comprenderli, e questa è l’unica via per tutti coloro cui non è stato concesso il carisma della fede”. (Jung, 1964/1983, pag. 231).

Per Jung l’essere umano si esprime attraverso un linguaggio simbolico. Nell’intenzione di comunicare all’altro un significato personale ha perfezionato modalità di pensiero e linguaggio sempre più ricche e complesse, a partire da un’esperienza diretta resa convenzionale e riconoscibile attraverso la parola. Alcune parole sono segni o immagini che non hanno altro compito se non quello di chiamare gli oggetti a cui sono riferiti, altre sono simboli perché sottendono un contenuto che trascende il suo significato ovvio e immediato (*ibidem*, pp. 20-21).

Un simbolo può essere largamente interpretato ma mai compiutamente spiegato: il linguaggio è razionale, limitato e duale (un’alternativa esclude il suo opposto) ed ha a che fare con quella che Jung definisce funzione “pensiero”. Questa funzione per quanto affinata non è adatta alla comprensione del reale, in cui vige

il *mysterium coniunctionis* e gli opposti coesistono. Attraverso l'intuizione piuttosto, si può concepire ciò che sta aldilà dell'orizzonte di comprensione umana. Da qui l'importanza dei sogni. I simboli sono dei tentativi naturali di riconciliare gli opposti all'interno della psiche.

Jung distingue tra simboli "naturali" e "culturali". I simboli naturali nascono nell'inconscio e rappresentano una varietà enorme di immagini archetipiche fondamentali, essendo legati alla società primitiva; quelli culturali si sono trasformati nel tempo e sono stati riconosciuti e condivisi dalle società civilizzate (*ibidem*, p. 32). Entrambi provocano nell'uomo risposte emotive delle quali non è cosciente; perciò, tendono a formare un'ombra sempre presente e potenzialmente distruttiva. Secondo Jung, avendo, per paura, sconosciuto ogni cosa del suo mistero e del suo carattere soprannaturale, abbiamo eletto prima le religioni ed oggi la scienza a detentori esclusivi della verità, per mettere a tacere istinti e valori che abbiamo ritenuto pericolosi. Abbiamo così eliminato i simboli dalla nostra vita, perdendo la principale chiave di lettura che ci permetterebbe di comprendere le leggi naturali e della psiche in ottica intuitiva e analogica, e non solo "analitica". Se l'analogia unisce, la scienza analitica sminuzza e separa.

Soltanto in seguito allo studio dei simboli, Jung utilizza il termine "archetipo" come teoria per spiegare l'origine del simbolo.

Jung di base è interessato alla fonte immediata delle "immagini manifeste" e al processo mediante il quale venivano create. Offre diversi resoconti dell'origine dell'immagine simbolica manifesta: come prodotti della funzione simbolica; come immagini ereditate da Lamarck; e come echi neurologici.

Nel riassumere l'evoluzione della teoria archetipica di Jung, Shamdasani osserva che Jung sintetizza gli archetipi ispirandosi alle categorie di Platone, alle forme a priori di Kant e agli engrammi neo-lamarckiani di Semon. La teorizzazione junghiana è caratterizzata da una certa instabilità, sostiene Shamdasani, anche per il fatto che Jung non chiarisce la relazione tra archetipi e istinti, ciò avrebbe indebolito i "fondamenti teorici della teoria" (Shelburne, 1988, p.133). L'espressione "archetipo" si trova in svariati contesti, per Jung gli archetipi sono i contenuti dell'inconscio collettivo.

L'archetipo è in sé un elemento vuoto, formale, nient'altro che una *facultas praeformandi*, una possibilità data a priori della forma di rappresentazione. Ereditarie non sono le rappresentazioni, bensì le forme, che sotto quest'aspetto corrispondono esattamente agli istinti, anch'essi determinati nella forma soltanto. Difficilmente si può dimostrare la presenza in sé degli archetipi, così come degli istinti, fintantoché essi non si manifestano concretamente (Jung, 1938-1954, p. 81).

In generale, prendendo in esame il pensiero di Jung e l'insieme delle varie formulazioni post-junghiane, i criteri necessari per qualificare un archetipo innato sono tre: l'universalità, cioè il fatto che il modello in questione si trovi in tutti i gruppi culturali conosciuti; la "continuità filogenetica" tra specie umana e altre specie di mammiferi, in modo che il comportamento in questione possa essere rintracciato a ritroso dagli esseri umani attraverso i primati fino alle loro prime origini di mammiferi; "stabilità evolutiva", il che significa che il modello è una risorsa evolutiva e coloro che non riescono a continuare il nuovo modello si estinguono, quindi l'innovazione genetica diventa stabile (Lewin, 2009, pp.191-192).

Una distinzione fatta con sforzo da Jung nell'ambito degli archetipi è la differenza tra archetipi come "personalità", "figure autonome" o "Anime" e le idee archetipiche (Lewin, 2009, p. 181).

L'archetipo è come un modello ipotetico e irrepresentabile, un pattern di comportamento impresso nella biologia (*ibidem*).

Gli archetipi si manifestano come delle personalità che compaiono frequentemente nei sogni delle persone. Questi includono "l'Ombra" come una personificazione del lato inferiore della personalità, e "Anima"/"Animus" che rappresenta la parte controsessuale della psiche, e il "Vecchio Saggio" meno frequentemente visto, e la "Terra madre", come incarnazioni di sviluppi compiuti.

Jung suggerisce che queste personalità sorgono perché la psiche tende a presentare simbolicamente nei sogni aspetti autonomi di sé stessa in una forma antropomorfa. Per spiegare questa facoltà autonoma Jung traccia dei parallelismi con una varietà di malattie mentali che coinvolgono "i prodotti scissi" dell'isteria e della schizofrenia, "spiriti" medianici, "figure" viste nei sogni, ma, aggiunge, che approfondendo la questione, scopriamo che sono davvero formazioni archetipiche (*ibidem*). Non ci sono argomenti



conclusivi contro l'ipotesi che queste figure archetipiche siano dotate di personalità all'inizio e non siano solo personalizzazioni secondarie.

Per Jung, gli archetipi essendo contenuti numinosi sono relativamente autonomi, perciò non possono essere integrati soltanto razionalmente con la presa di coscienza, ma richiedono un processo dialettico che può manifestarsi nel dialogo tra paziente e terapeuta, riproducendo quella che per l'alchimia è la *meditatio*, un "intimo dialogo con il proprio angelo buono". Si tratta di un processo ricco di peripezie, di sogni e intuizioni, e non privo di dramma. (Jung, 1934/1977, p. 68).

In contrasto con l'autonomia degli archetipi che hanno "personalità", Jung individua anche una categoria radicalmente diversa di archetipo che definisce "idee archetipiche", in cui raggruppa una gamma di fenomeni.

Questa classe di "idee archetipiche" presenta una serie di "sistemi per l'azione" che vengono innescati da appropriati "motivi situazionali". La classe più basilare di queste idee archetipiche sono quelle che si riferiscono a "motivi situazionali" o situazioni minacciose, come boschi o curve nei binari, o movimenti che implicano "salita e discesa", l'attraversamento di un guado o uno stretto, mostri o serpenti, fiumi e correnti. (Lewin, 2009, pp. 180-182).

Si tratta di sistemi o un'unità funzionali che contengono l'immagine del conflitto, del pericolo, del rischio - e anche della sua soluzione. Di tutti i "tipi" di archetipi, queste ristrette possibilità situazionali e funzionali somigliavano più da vicino a modelli istintivi di azioni in quanto sono molto simili a "chiusi istinti" in quanto un semplice stimolo attiva il volo e la reazione del sistema nervoso simpatico per fornire almeno più energia se la risposta non è specificata.

Questa teoria dinamica delle idee archetipiche di Jung ha un collegamento con la più recente teoria dei sistemi motivazionali di stampo cognitivo-evoluzionista.

La teoria degli archetipi e l'idea dell'inconscio collettivo "astrati" su base genealogica, esprimono un qualche fondamento biologico del pensiero junghiano, confermando l'ipotesi di una base biologica delle idee archetipiche.

La storia dell'uomo iniziata quattro miliardi di anni fa, suggerisce

quei mandati biologici che ci hanno guidato nel corso della vita come motori dell'evoluzione.

Autori come Darwin, Ekman, Bowlby con la teoria dell'attaccamento e studiosi della prospettiva cognitivo-evoluzionista, condividono la tesi centrale che l'uomo, analogamente agli animali, abbia sviluppato delle tendenze psicobiologiche innate che regolano le sue emozioni e i suoi comportamenti per finalità adattive: i sistemi motivazionali.

Sulla base della teoria del cervello tripartito (o "trino") formulata da Paul MacLean nei primi anni '70, i sistemi motivazionali innati si possono suddividere in tre categorie: i sistemi motivazionali arcaici (SMA), legati alle motivazioni "rettilliane" di sopravvivenza e riproduzione (MacLean, 1984); i sistemi motivazionali interpersonali (SMI), relativi alle motivazioni sociali "limbiche" che spingono ad entrare in relazione ed a costruire legami con i propri conspecifici (Liotti, 1994); i sistemi motivazionali epistemici (SME), associati al cervello neocorticale, che consentono la ricerca e la costruzione soggettiva di senso e di significato da condividere con gli altri (Veglia, 1999).

I sistemi motivazionali interpersonali di accudimento, attaccamento, agonismo ritualizzato e sistema di rango, accoppiamento sessuale, cooperazione tra pari e appartenenze sono attivati o disattivati diversamente per ogni situazione, che può essere affrontata attraverso una posizione interpersonale appropriata (Liotti, 2008). Tra gli strumenti per la regolazione degli SMI c'è la regolazione delle risposte emotive di competenza del sistema limbico. Un evento traumatico può disregolare un sistema (es. attaccamento traumatico) e i suoi strumenti regolatori, attivando gli arcaici meccanismi di difesa attacco/fuga caratteristici del cervello rettiliano (*ibidem*).

*Arousal* si riferisce al grado di attivazione e di regolazione neurovegetativa che ogni individuo presenta. In neurofisiologia, si utilizza anche per indicare uno stato di attivazione del sistema simpatico. Funziona da interfaccia per gli stimoli percettivi interni ed esterni che vengono elaborati dal tronco encefalico; rafforzati dall'attivazione delle strutture sottocorticali, come il talamo per l'intensità emotiva e il sistema limbico per l'attribuzione di significato; regolati e inibiti dalle strutture corticali, responsabili delle funzioni integratrici di memoria e coscienza. Il sistema neurovegetativo è un

continuo alternarsi di processi di attivazione e inibizione, ad ogni respiro, perciò l'equilibrio è dinamico (Duffy, 1957).

L'attivazione fisiologica altera le emozioni (ansia) e i pensieri (negativi), impedendo ai sistemi motivazionali superiori (interpersonali, epistemici) di essere performanti e di funzionare correttamente. L'attivazione neurovegetativa ed emotiva prevale sulle strutture superiori che si disregolano, impedendo all'individuo di attivare le sue conoscenze semantiche e procedurali. In stato di arousal, le strutture frontali e prefrontali si spengono e intervengono le reazioni di sopravvivenza: i meccanismi di difesa (attacco/fuga) e il *freezing*.

L'iper-arousal è uno stato di "iper-vigilanza" in cui prevale il sistema nervoso simpatico con le risposte di difesa di attacco/fuga e freezing. Solitamente si manifesta con tachicardia, aumento della sudorazione, accelerazione del respiro, agitazione fisica e motoria, tensione muscolare, tendenza all'azione ed aumento delle capacità di attenzione e memoria.

L'ipo-arousal è uno stato di "morte apparente" che segue il fallimento dei meccanismi di difesa, in cui prevale il sistema nervoso parasimpatico con il *faint*. Si tratta di una reazione che si manifesta con confusione, disforia emotiva (alterazione dell'umore in senso depressivo) ed anedonia (incapacità di provare piacere).

Daniel Siegel definisce "finestra di tolleranza" quel range di arousal ottimale all'interno del quale ci sentiamo regolati e le diverse intensità di attivazione emotiva e fisiologica possono essere integrate senza interrompere la funzionalità del nostro sistema (Siegel, 1999). All'interno della finestra di tolleranza le strutture frontali e prefrontali funzionano (Corrigan, 2011), è attivo il tratto ventro-vagale (Porges, 2001), i nostri SMI sono regolati (Liotti, 1995) e ci troviamo nell'area di "ingaggio sociale" (Porges, 2011) in contatto con la nostra conoscenza e con gli altri.

La teoria polivagale di Porges spiega come la mancata inibizione del sistema di difesa da parte del sistema di attaccamento una volta che l'evento traumatico sia terminato, favorisca uno stato dissociativo: se attacco/fuga non funzionano, è probabile che l'unica difesa possibile sia la finta morte, con l'attivazione del nucleo dorsale del vago che ostacola le funzioni integrative superiori della coscienza. (Porges, 2001).

Alla luce di queste considerazioni, è possibile ipotizzare che gli

archetipi, intesi come personalità o pattern comportamentali di stampo biologico e le idee archetipiche, agenti come “sistemi in azione” o “sistemi motivazionali” guidati dall’istinto e attivatori/disattivatori di arousal, abbiano dato origine alle dominanti archetipiche studiate da Jung, presenti nelle storie e nei miti dei popoli e delle culture. Si tratta di esperienze collettive che si ripetono nella storia dell’uomo che se studiate e portate alla luce possono favorire quello che Jung ha definito “processo di individuazione”.

Lo scopo di questi sistemi è quello di innescare un processo che inizia con il conflitto e che contiene il suo superamento. Jung aveva la convinzione che il conflitto avesse uno scopo in termini di autoregolazione della psiche ed evoluzione. Se la tensione tra gli opposti può essere portata alla coscienza, allora accadrà qualcosa interiormente per risolvere il conflitto.

La soluzione, essenzialmente irrazionale e imprevedibile, appare generalmente come una nuova modalità adattiva e la situazione esterna verrà vissuta con un rinnovato senso di pace; così l’energia precedentemente rinchiusa nell’indecisione verrà liberata e sarà quindi possibile una progressione della libido.

### **Le quattro funzioni psicologiche**

Nel seguente paragrafo si completa l’inquadramento teorico del pensiero junghiano con una breve descrizione delle quattro funzioni psicologiche presente nel testo *Tipi psicologici*, pubblicato per la prima volta nel 1912.

Per Jung, ciascun individuo ha una modalità propria di entrare in rapporto con il mondo, che differisce principalmente in base a tre criteri: percezione, valutazione e atteggiamento.

Per percezione si fa riferimento al processo mediante il quale l’individuo fa esperienza del mondo, accumulando dati contenuti negli stimoli salienti che hanno accesso alla sua coscienza. Le due funzioni psicologiche percettive e irrazionali sono la sensazione e l’intuizione.

Per valutazione s’intende la modalità in cui l’individuo valuta i dati percepiti e li giudica secondo un proprio criterio che può essere di verità (vero/falso) o moralità (giusto/sbagliato). Sono giudicanti e razionali le funzioni psicologiche di pensiero e sentimento.

L’atteggiamento è la tendenza della coscienza individuale a

orientarsi in base all'esterno (l'oggetto) o all'interno (soggetto), di tipo estroverso e introverso (*ibidem*, p. 360). Il modo in cui un individuo utilizza queste funzioni, in senso estroverso o introverso, caratterizza la sua tipologia psicologica: Jung individua otto tipi, ognuno principalmente caratterizzato dalla funzione dominante, seguita da una funzione ausiliaria, terziaria e inferiore (in ombra).

Per Jung l'impostazione generale della coscienza (*ibidem*, p. 363) presenta un funzionamento diametralmente opposto all'atteggiamento dell'inconscio. La funzione dominante, introversa ed estroversa, caratterizza il tipo e definisce la funzione in ombra che avrà orientamento opposto.

Esistono quindi otto tipi: il tipo sensazione-estroversa, sensazione-introversa, intuizione-estroversa, intuizione-introversa, pensiero-estroverso, pensiero-introverso, sentimento-introverso e sentimento-estroverso (*ibidem*, pp. 372-402). Il confine tra normalità e patologia sta nel grado di unilateralità dell'atteggiamento cosciente:

Un contenuto fortemente accentuato che si trovi nel campo visivo della coscienza, forma (eventualmente assieme ad altri contenuti) una certa costellazione, la quale è l'equivalente di un determinato atteggiamento. Giacché un tale contenuto della coscienza favorisce la percezione e l'appercezione di tutto quello che è omogeneo e arresta la percezione e l'appercezione di tutto quello che è eterogeneo. Esso genera l'atteggiamento a lui corrispondente. Questo fenomeno automatico è una delle ragioni fondamentali dell'*unilateralità dell'orientamento cosciente*. Esso porterebbe a una perdita completa dell'equilibrio, se non sussistesse nella psiche una funzione che corregge l'atteggiamento cosciente. In questo senso la dualità dell'atteggiamento è dunque un fenomeno normale, il quale si manifesta come fattore di disturbo solo quando l'unilateralità cosciente è eccessiva. (Jung, 1912/1977, 462-463).

Si può concludere che un certo livello di unilateralità della coscienza sia naturale, poiché è ciò che permette al soggetto di formare un atteggiamento individuale, in grado di percepire sé stesso in relazione al mondo, differenziandosi dal collettivo. Ciò rende possibile anche la tipizzazione (il riconoscimento di diversi tipi psicologici), utile in analisi per comprendere il soggetto, il suo funzionamento psichico e la sua specificità come individuo.

## La questione del male

La domanda dello psicologo del profondo è: cosa fare con le parti negative e “cattive” di sé? La sua difficoltà sta nel collocarsi in una posizione intermedia tra la speculazione avalutativa propria del mestiere e la spinta etica di chi “sente” che cosa è “giusto” e si chiede: come operare il “bene”?

Non solo per lo scienziato e ancor prima di essere un tema d’interesse filosofico o religioso, la questione del male assume un ruolo centrale nella psiche e nella vita di ogni essere umano che, a seconda di come se ne fa carico individualmente, diventa l’artefice di stati benessere e armonia o di psicopatologia individuale e collettiva. Alla luce della teoria junghiana descritta, che utilizza i termini non come concetti statici, ma come simboli per favorire un’esperienza diretta dinamica e operativa, per “male” s’intende tutto ciò che produce sofferenza. Freud scopre che alla base di ogni disagio psicologico, c’è una forma di conflitto psichico. Il concetto di “conflitto” rimanda ad una concettualizzazione psicodinamica della mente, che nasce con la personologia e la fisica di Newton e sta alla base delle psicoanalisi, freudiana e contemporanea.

Il conflitto psichico tra istanze di sé che Freud identifica come nevrosi e il conflitto interiore tra sé e realtà che Jung ritrova alla base della schizofrenia. Il conflitto esteriore che si manifesta tra persone, gruppi e organizzazioni e nelle guerre tra nazioni. Ed è proprio Freud che propone due soluzioni al problema del male.

Se si considera il modello di psiche proposto da Freud, illuminista e ottimista, lo scopo dell’individuo compiuto era la completa sconfitta del male, attraverso la metafora della “bonifica dello Zuiderzee” ovvero “là dov’era l’Es sarà l’Io”: la luce della ragione di una volontà consapevole che è l’Io avrebbe bonificato il terreno caotico e primordiale dell’Es, sede delle pulsioni e dell’inconscio, ponendo fine al male in via definitiva. Per il Freud pessimista e shopenaueriano che trova la sua massima espressione nell’opera *Il disagio della civiltà* (Freud, 1930), invece, l’uomo non doveva farsi illusioni perché sarebbe stato sempre un animale

incompiuto e infelice, vittima di una natura aggressiva e spietata.

Per Jung la via è più complessa: collocare le parti inferiori di sé, attraverso un processo di trasformazione interiore, in quel luogo della psiche in cui non nuociono a sé e gli altri, ma agiscono come centro propulsore della vita creativa.

Con modesto umorismo possiamo dire che, se Freud, come un grande profeta biblico, mostra il vizio necessario che si annida sotto ogni pretesa virtù, Jung con aristotelico umanismo, mostra la possibile virtù che si annida ogni sotto sotto ogni vizio (Trevi & Romano, 1990).

La questione del male per Jung è psicologica, ma non solo: il “male psicologico” dialoga incessantemente con il male morale e il male metafisico. La soluzione junghiana al problema del male non sta in un estremo o l'altro, piuttosto in una sintesi tra opposti che si basa su un concetto fondante della sua prospettiva che è l'*enantrioidromia*.

### **Enantioidromia**

*Enantioidromia* è un concetto greco antico che significa letteralmente “corsa all'opposto”. Compare per la prima volta nella filosofia di Eraclito, per indicare la concezione secondo cui tutto ciò che esiste tende a trasformarsi nel suo opposto, in un continuo moto di divenire. Jung lo elabora durante il suo lavoro clinico e lo utilizza per spiegare la dinamica psicologica del cambiamento. Si riferisce alla modalità cui si muove l'energia emotiva, come se fosse attratta da due poli.

Questo fenomeno caratteristico [l'*enantrioidromia*] 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 con un'inibizione delle prestazioni della coscienza e in seguito con un'interruzione dell'indirizzo cosciente (Jung, 1912b/1977, pp. 437-438).

Jung utilizza il concetto per teorizzare l'esistenza di un processo inconscio compensatorio di autoregolazione emotiva, attraverso il quale l'energia psichica che tende a polarizzarsi verso una direzione cosciente, verrà controbilanciata da una medesima forza inconscia, in senso opposto, che riporterà la psiche in equilibrio. La tensione fra i due poli sta alla base del cambiamento psicologico e della

creatività. Per Jung, alcuni esempi dell'*enantiodromia* in azione sono la nascita dell'inconscio e la Prima guerra mondiale.

Secondo Jung, la nascita della psicoanalisi e della nozione di inconscio nell'ambito di un contesto filosofico e letterario, simbolicamente caratterizzati dalla morte di Dio di Nietzsche e il Faust di Goethe, rappresentano il contraccolpo al culmine di una modernità razionale che secondo Jung, ha sostenuto ed inflazionato la coscienza collettiva. La mentalità estroversa del pensiero scientifico occidentale porta a pensare che sia "tutto ciò che buono è dato dall'esterno", da lì il boom della fascinazione per l'Oriente di fine Ottocento con la nascita, per esempio, della Società Teosofica della Blavatsky (Barone, 2004, p.196).

Secondo Jung, l'introversione intesa come modalità di far conoscenza ed esperienza del mondo, è tipica dell'India.

L'intrusione dell'Oriente è un fatto psicologico con una lunga storia dietro. I primi segni possono essere trovati in Meister Eckhart, Leibniz, Hegel, Schopenhauer. Non è con l'Oriente attuale che abbiamo a che fare, ma con l'inconscio collettivo che è onnipresente (Barone, 2021).

Secondo la logica dell'*enantiodromia*, la tendenza psichica dell'uomo moderno occidentale a preferire l'utilizzo di alcune funzioni psicologiche estroverse come il pensiero e la sensazione avrebbe portato ad un'inflazione della psiche e alla tendenza in senso opposto. Un esempio di ciò che Jung intende per "inflazione della coscienza collettiva" lo esprime in questo passaggio:

Il nostro intelletto ha compiuto cose gigantesche, ma nel frattempo la nostra dimora spirituale è crollata. Siamo profondamente convinti che neanche col più potente e più moderno telescopio costruito in America riusciremo a scoprire alcun empireo dietro le lontane nebulose; sappiamo che il nostro sguardo disperato errerà attraverso la morta vacuità di distese incommensurabili. Né la situazione migliora quando la fisica matematica ci rivela il mondo dell'infinitamente piccolo. E infine esumiamo la saggezza di tutti i tempi e di tutti i popoli e troviamo che tutto quel che vi è di più costoso e di più prezioso è già stato detto molto tempo fa con parole più belle" (Jung, 1977, p. 32).

In secondo luogo, durante la Grande Guerra, sia Freud che Jung sono colpiti dalla ferocia della propaganda e dal brutale



raschiamento della patina di civiltà per rivelare la barbarie sottostante. Jung interpreta la transizione da una società che era stata in pace per un secolo al distruttivo tempo di guerra come un esempio di *enantiodromia*: la società di cultura con le sue etichette di comportamento rigide e anacronistiche, incapace di rispondere alle spinte irrazionali dell'uomo, conteneva in sé il germe della guerra che sarebbe esplosa di lì a poco (Lewin, 2009).

Per Jung esiste anche un'*enantiodromia* individuale e Freud la riconosce nella teoria del conflitto tra le pulsioni dell'Es e le restrizioni del Super-io. Tuttavia, Freud preserva una visione ideale di potenza romantica e assolutista che avrebbe posto ad una fine definitiva dell'*enantiodromia* con il dominio stabile e totale dell'Io "laddove c'è l'Es ci sarà l'Io". Freud è pessimista rispetto all'instabilità emotiva, piuttosto identifica come condizione ottimale e sana per la psiche, una totale vittoria del conscio sull'inconscio (l'Io sull'Es).

Per Jung non c'è fine a questo processo e non importa quanti meccanismi correttivi vengano messi in atto come i *checks and balances* del Novecento (espressione inglese che descrive un sistema di "controlli e contrappesi" come un insieme di meccanismi politici istituzionali volti a mantenere l'equilibrio tra i vari poteri all'interno di uno stato democratico), la stabilità non è mai assicurata. Per Jung il conflitto e l'instabilità fanno parte del patrimonio istintivo dell'uomo.

È da considerare però che dopo la Prima guerra mondiale nel 1918, nella prefazione di *Psicologia dell'inconscio* Jung argomenta che lo sviluppo individuale psicologico e spirituale sono necessari per la pace e la guarigione.

Quindi si può concludere che nonostante Jung riconosca l'instabilità connaturata dell'essere umano, dia valore primario al lavoro interiore di guarigione e presa coscienza di sé come motore della guarigione collettiva.

Con la guerra invece, secondo Jung molti sono ricaduti nell'illusione ingenua che un potere unico avrebbe spazzato via tutte le incertezze riportando pace e stabilità duratura: così gli Stati vogliono essere quel potere e fanno tra di loro la guerra. Questo aspetto si collega al problema dell'unilateralità e dell'inflazione della coscienza che cerca di dominare l'inconscio.

Per Jung, l'*enantiodromia* riguarda anche l'etica e il conflitto

morale: l'eterna questione dell'uomo portato ad interrogarsi su che cosa è bene e come agire il bene. Se il problema del conflitto morale resta insoluto nell'anima cristiana, viene risolto dalle idee orientali come il *nirvāṇa* della filosofia induista, la liberazione dagli opposti, e dalla scuola induistica dell'*Advaita Vedānta* (letteralmente "non duale"). Ne è un esempio l'aforisma indiano:

Chi è più lontano dalla perfezione, a colui che ama Dio occorrono sette reincarnazioni per raggiungere la perfezione, a colui che lo odia ne bastano tre, poiché colui che lo odia penserà a lui più di colui che lo ama (Jung, 1977, p. 61).

La liberazione dagli opposti richiede una libertà nell'esperirli entrambi, il bene e il male, nella loro equivalenza funzionale e senza pregiudizio: questa capacità è negata al sentire cristiano che ripugna il male ed eleva il bene per trionfare sul male (lo stesso modello freudiano). I dogmi delle religioni e la morale hanno captato i contenuti dell'inconscio collettivo e costruito dei simboli volti a contenerlo, e contemporaneamente bloccato la fluidità nell'esperire gli opposti, creando una rottura tra coscienza (avanzata, razionale e civilizzata) e inconscio (primitivo, arcaico, oscuro).

### **Il male morale nel processo di individuazione**

Esso guadagna la sua verità solo a patto di ritrovare sé nella assoluta devastazione (Georg W. F. Hegel, *Fenomenologia dello Spirito*).

Trattato da Jung nelle sue opere *Aion* (1951) e *Risposta a Giobbe* (1952), il tema del Male si riferisce alla presa di posizione individuale di fronte al problema universale del male e del negativo (*ibidem*, p. 25). Sempre in funzione di artificio intellettuale, Trevi divide il problema in due fasi, squisitamente psicologiche, corrispondenti ai due tronconi tradizionali dell'impostazione filosofica del problema del male: il male morale e il male metafisico.

Nel primo caso la difficoltà sta nell'evitare l'identificazione con il male da un lato e la negazione moralistica del peccato dall'altro. In entrambe le situazioni viene persa di vista la via dell'individuazione e non si è capaci di innalzarsi a livello della dialettica di valore disvalore che fornisce l'energia utile per il processo di individuazione, o si consuma ogni energia psichica nel rifiuto moralistico del proprio peccato, senza rendersi conto che proprio in questo si annida il senso dell'individualità profonda

(*ibidem*, p. 28). Una vita trascorsa nell'identificazione diabolica con il peccato o nella negazione moralistica del peccato originale è una vita. Il processo di individuazione richiede una dialettica degli opposti per una risoluzione del conflitto individuale, unica, ripetibile.

Si può mancare non solo la propria felicità, ma anche la propria colpa decisiva senza la quale un uomo non raggiungerà mai la propria totalità. (Jung, 1944, in Trevi, & Romano, 1990/2009, p. 31).

A questo punto per Jung esistono due colpe: una colpa inautentica e una colpa autentica, individuante (*ibidem*, p. 31). L'obiettivo del processo di individuazione è riconoscere prima di tutto la propria colpa soggettiva, come parte di assunzione di responsabilità per essere incarnati come singolo individuo.

Sulla carta, non vi è dubbio, il codice morale ha un aspetto chiaro e pulito; ma lo stesso documento scritto sulle “tavole di carne del cuore” e spesso un misero straccio proprio nell'anima di coloro che più ne hanno piena la bocca. Anche se si annuncia dappertutto il “male è male”, e a questo riguardo non esistono dubbi, tuttavia nel caso individuale proprio il male il problema più grosso, quello che esige è la più profonda considerazione (*ibidem*).

Il processo di individuazione che può avvenire in modo spontaneo o attraverso un percorso di analisi, è ciò che Jung descrive come il cammino dell'individuo attraverso la scoperta del Sé (in tedesco *Selbst*, ovvero totalità della psiche). Per Jung, ci sono alcuni individui che nella loro vita si limitano a ricercare una condizione di buon adattamento (in assenza di patologie) e altri che sentono una spinta maggiore verso l'individuazione, legata alla necessità di esprimere qualità più profonde del Sé, alla ricerca di una pienezza interiore.

Nell'opera *L'Io e l'Inconscio* del 1928 che riprende ed elabora le prime spiegazioni del 1916 sulla “funzione trascendente”, teorizzando un funzionamento “naturale” dell'inconscio, un'autoregolazione dello psichismo, la critica di Jung è diretta alla prima topica freudiana di un unico inconscio (l'inconscio personale). Per Jung, il compito dell'Io non si limita a liberarsi dai complessi, ma consiste nel differenziarsi dal collettivo cosciente (la Persona) e dagli altri archetipi, inconsciamente proiettati, dell'inconscio collettivo (Animus, Anima). Così ha inizio il processo di individuazione (Romano, 2005, p. 62).

“Si può fare una distinzione tra nevrosi e malattia dell’anima, dove mentre le prime sono affidata alle cure della psicoanalisi, le seconde dipendono invece da un decorso non regolare del processo di individuazione” (D’Acunto, 2020).

Per Jung, ciò che consente all’individuo di guarire dalla nevrosi e di superare il conflitto è l’”individuazione”, il processo tramite in quale vengono integrati complessi psichici differenti e molto spesso in contraddizione tra loro, ma per Jung l’individuazione non si limita a questo.

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, della 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 (Jung, 1921b/1977, p. 501-502).

Il lavoro sta proprio nella psicoterapia e nel confronto dialettico con il terapeuta, una modalità che consente al paziente di entrare in rapporto con stati del Sé contraddittori e non voluti, liberandosi dalle immagini collettive più alienanti. Il processo non ha mai una fine predeterminata ma persegue lo scopo di integrare i vari aspetti di Sé, riconoscendo le costellazioni di complessi e gli archetipi presenti nella sua personalità, dai quali può differenziarsi.

Viene così operata una prima distinzione personale tra due ordini di grandezza che sono incommensurabili: l’Io personale e il Sé impersonale; è il paradosso della concezione junghiana di una personalità intera e nello stesso tempo composita, finita e indefinita [...] Nel *Commento al Segreto del fiore d’oro* l’accento è esclusivamente sul “lasciar accadere”. Il conflitto che egli descrive è sublimato, “superato” dal riconoscimento “di un interesse più elevato e più ampio” che toglie “al problema tutta la sua “urgenza” (Romano, 2005, pp. 63-64).

Per Jung è più corretto affermare che il conflitto si supera, non si risolve:

I problemi più grandi e importanti della vita sono, in fondo, tutti insolubili, e non possono non esserlo, perché esprimono la necessaria polarità inerente a ogni sistema di autoregolazione. Essi, dunque, non potranno mai essere risolti, ma soltanto superati (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 10).

In questo senso il superamento del conflitto avviene attraverso il processo di individuazione che per Jung è in sintonia con il principio di “immobilità” delle filosofie orientali. Il “lasciar accadere” è il *wu wei* di Lü Tzu, l’azione nella non-azione. La condizione di immobilità ricercata nella meditazione indiana e nella concentrazione *zen* è connessa per Jung al concetto di paralisi dell’Io di fronte alle immagini dell’inconscio. Un’immagine è un contenuto immediato proveniente da quella zona intermedia della psiche di cui non si vuole conoscere l’origine. L’immobilità per gli *Yoga sutra* di Patanjali (Iyengar, 2010) è *Yoga Citta Vritti Nirodah* è la sospensione della produzione illusoria della mente, quella che per Jung è ricercata nella dissoluzione dell’Io a favore del Sé.

Allo stesso tempo, nella medesima logica paradossale del *mysterium coniunctionis* e dell’*Advaita Vedanta* (non dualità), il processo di individuazione rappresenta un moto verso il Sé. Per Jung, un simbolo dell’archetipo del Sé e del processo di individuazione è il *mandala*. Tradotto come “cerchio”, il mandala è un sistema operativo e ordinatore di tutte le immagini che si compie nel progressivo decentramento dell’Io rispetto al Sé attraverso la *circuambulatio* (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 45): un moto che va dalla circonferenza al centro.

Cominciai a capire che lo scopo dello sviluppo psichico è il Sé. Non vi è una evoluzione lineare; vi è solo un andare attorno al Sé. Uno sviluppo uniforme esiste, al più, solo al principio; dopo, tutto tende al centro. Questo convincimento mi diede stabilità, e un po’ per volta ritornò la mia pace interiore. Sapevo che nel trovare il mandala come un’espressione del Sé avevo raggiunto ciò che per me era il vertice. [...] Non si può andare al di là del centro. Il centro è la meta, e tutto si dirige verso il centro. Grazie a questo sogno capii che il Sé è il principio e l’archetipo dell’orientamento e del significato. In ciò sta la sua funzione guaritrice (Jung, 1961, pp. 241-243).

L’idea di Jung è che lo scopo della vita di un individuo debba essere non di sopprimere o reprimere, ma di arrivare a conoscere l’altro da sé, potendo godere e controllare l’intera gamma delle proprie capacità (in un detto più noto *Nosci te ipsum*). Il processo di individuazione dell’Io consisterebbe nel dischiudersi al Sé, un compito (*dharma*) etico per ciascun individuo che rimanendo all’oscuro di sé stesso, sarebbe continuamente portato a proiettare nel mondo i suoi contenuti inconsci senza davvero entrare in

rapporto con l'Altro. Il ritiro delle proiezioni viene dal confronto con l'Ombra e può essere definito come “disidentificazione”, termine corrispondente a *pratyahara* di Patanjali (Iyengar, 2010). Attraverso l'integrazione delle quattro funzioni psicologiche, il processo conduce ad una quinta facoltà che è la funzione trascendente, quella che ci permette di confrontarci con l'inconscio. “Questa funzione si chiama trascendente perché rende possibile passare organicamente da un atteggiamento all'altro, vale a dire senza perdita dell'inconscio” (Jung, 1957, p. 263).

Questo processo di individuazione è da intendersi sia in senso individuale che collettivo: perciò Jung ricorre a dei concetti orientali. Anche il successo dell'Oriente per lui non è stato solo una moda, ma un bisogno volto a compensare le funzioni della coscienza collettiva che si sono inflazionate nel tempo: pensiero e sensazione, caratteristiche dell'Occidente, a discapito di intuizione e sentimento, più proprie dell'Oriente (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 30).

In conclusione, Jung considera il problema della maturazione dell'individuo umano come la somma di due problemi complementari e strettamente connessi: la differenziazione dalla psiche collettiva, affinché l'individuo si assuma la piena responsabilità dei suoi pensieri, delle sue immaginazioni e delle sue decisioni, e l'integrazione di forme e valori immagazzinati nella psiche collettiva conscia e inconscia in modo che l'individuo possa formarsi in un essere significativo che utilizza, ma senza riconoscimento passivo, le strutture costitutive della psiche collettiva (Trevi, 2020, p. 37).

### **L'ombra come archetipo e il male metafisico**

La seconda parte del problema del Male riguarda il significato più ampio possibile dell'Ombra come archetipo, ossia l'Ombra come negatività metafisica in ambito psicologico: l'Ombra come negatività del destino personale o peso negativo ereditario, a cui si può riferire con un'espressione tratta dalla metafisica indiana che è *karma*.

Il tema dell'Ombra è complesso, trasversale e vanta di una vasta letteratura. In questa parte si trattano i punti salienti dell'archetipo nella sua accezione junghiana e post-junghiana. Tutte le opere di Jung sono intrise del tema dell'Ombra, specialmente quelle dello

Jung maturo, non c'è suo scritto dopo il 1930 che non vi rechi riferimento. La problematica junghiana dell'Ombra è figlia della psicologia contemporanea e di una coscienza occidentale che riconosce l'importanza dell'irriducibilità dell'esistenza individuale.

L'Ombra inizialmente coincideva con l'inconscio personale, ma successivamente è stata oggetto di ulteriori evoluzioni e integrazioni fino all'opera finale, andando a incontrare temi più complessi come l'inconscio collettivo, la questione del male e le sue differenziazioni post-junghiane come quella di Mario Trevi e Augusto Romano (1990). Nella sua accezione junghiana, l'Ombra è la figura archetipica che rappresenta il lato oscuro della psiche dell'uomo. È l'insieme delle caratteristiche di cui l'individuo non "vuole" essere consapevole e che cerca di celare a sé stesso e agli altri.

Nella psiche umana, secondo Jung operano due dimensioni dell'archetipo: l'"Ombra personale" e l'"Ombra collettiva". L'Ombra personale si manifesta come "contro-faccia" della Persona, l'archetipo della personalità, e come funzione inferiore della nostra tipologia psicologica. Se l'Ombra personale è l'alter-ego della Persona, l'Ombra collettiva è la controfigura Sé, rappresentata dai lati negativi degli archetipi della Grande Madre o del Vecchio Saggio. In entrambe le sue forme, l'Ombra può essere sperimentata come figura interna e quindi vissuta nei sogni come personificazione in un simbolo del tratto psichico del sognatore o può essere esperita come figura esterna, in tal caso viene proiettata per difesa all'esterno. (Quaglia, & Longobardi, 2012, p. 404). La conoscenza dell'Ombra porta a sviluppare una maggiore consapevolezza della propria reale personalità e a fare i conti con tale personale singolarità. Al contrario, se l'Ombra resta inconscia, ha il potere di operare in autonomia con tutta la forza distruttiva di cui dispone, disorganizzando la Persona e sconcertando l'Io. In alcuni casi, l'Ombra, proiettata all'esterno, nelle varie circostanze sfavorevoli della vita, assume la configurazione di un destino avverso e persecutorio (*ibidem*).

Per Trevi e Romano (1990), quando si parla di Ombra si può fare riferimento a tre dimensioni: Ombra come parte della personalità, Ombra come archetipo, Ombra come immagine archetipica. Da ciò segue intuitivamente che l'Ombra può essere menzionata in funzione delle sue caratteristiche peculiari, quando acquisisce le caratteristiche di un complesso personale, quando la si

chiama come un archetipo in sé, cioè, sconosciuto in natura, e come simbolo manifestato a livello di immaginazione.

L'Ombra personale è quella riconosciuta fin da subito da Jung e rappresenta la parte inferiore della personalità. Si può distinguere in: Ombra inconscia, formata dai prodotti della rimozione e Ombra conscia, che è rappresentata da contenuti occasionalmente soggetti a repressione. Inoltre, rientra nell'Ombra personale il problema delle funzioni psicologiche. Le funzioni scarsamente sviluppate e differenziate appartengono all'Ombra e, attraverso un processo spontaneo o analitico, posso diventare parte dell'Ombra conscia. Se l'Ombra si limitasse all'inconscio personale, si potrebbe definirla freudianamente come il "rimosso" e come sede di pulsioni incettabili del proprio vissuto gettate al di sotto della coscienza. Non è così. Esiste una dimensione archetipica.

L'Ombra è anche uno degli archetipi presenti nella vita psichica collettiva con diverse varianti e forme, come il "demone", il "Diavolo". Questa dimensione rappresenta la parte oscura dell'essere umano e ha per Jung dei risvolti politici e sociali.

Come si è affermato in precedenza, gli archetipi per Jung agiscono come dei veri e propri sistemi motivazionali interni, capaci di attivare delle configurazioni (archetipiche) dalle quali diventa difficile emanciparsi, in quanto scolpite nella biologia dell'essere umano. Questa intuizione ha avuto riscontro nelle più recenti evidenze neurofisiologiche, perché in situazioni di pericolo si è visto come si attivano quelle aree cerebrali coinvolte nei sistemi motivazionali arcaici, più antiche evolutivamente che sono le strutture sottocorticali: l'individuo "decorticalizzato", in preda all'arousal, agirebbe secondo dinamiche non mediate dalla coscienza più primitive ed emotive. Constatando un'analogia tra macrocosmo e microcosmo, come nei simboli e nell'alchimia, si potrebbe osservare una corrispondenza nel modo in cui si costellano gli archetipi e si attivano specifici circuiti neurali.

Gli archetipi sono le "antiche esperienze del genere umano che gli parlano dal suo sangue". (Jung, 1929/1990, p. 11).

Una situazione di crisi, può dunque attivare un archetipo che impone al soggetto pensieri ed emozioni. Quando un individuo è sotto il dominio di archetipo viene per Jung "posseduto" da una forza più grande di lui. Queste forze psicologiche sono esplosive e



imprevedibili, ne è un esempio la costellazione dell'archetipo Wotan nella Germania prenazista. (Lewin, 2009, p. 196). Per Jung il dogma tradizionale ha fatto da contenimento all'inconscio collettivo; perciò, il cristianesimo e gli “-ismi” hanno acquisito così tanto potere negli anni, procurando dei contenitori psichici (simboli della cristianità) e delle utopie collettive agli individui, garantendo regole di “buona” condotta, protezione e sicurezza. Perciò il crollo dei simboli e la perdita di valori del '900 hanno mostrato tutta la debolezza dell'uomo svuotato di senso di fronte alla potenza dell'inconscio collettivo (*ibidem*, p. 197).

L'attivazione di un archetipo può non essere riconosciuta. L'archetipo si desta lentamente prima di trovare espressione nella cultura e nella politica.

Jung suggerisce che uno dei primi sintomi dell'emersione di un archetipo nell'arena politica, è la diffusione di un disturbo psicologico. Una crisi politica inizia come una banale incomprensione, accompagnata dalla tendenza a sovrastimare o sottostimare dei dettagli, così si formano le prime formazioni mitiche: pettegolezzi, sospetti, pregiudizi, stereotipi (*ibidem*, p. 198).

L'infezione psichica dilaga grazie al meccanismo della proiezione, che trova velocemente terreno laddove c'è anche solo un briciolo di verità in quel sospetto o pregiudizio; viene poi fomentata dall'aggancio dell'archetipo che si sovrappone all'evento di poco conto, rendendolo esemplare e rappresentativo (*ibidem*).

L'effetto numinoso e regressivo degli archetipi è responsabile del fenomeno del carisma in politica: un potere avvincente affascina e inconsciamente influenza le idee di una persona a prescindere dai suoi desideri coscienti (*ibidem*). Quando un individuo carismatico parla attivando gli archetipi, trova consenso perché il suo discorso appare perfettamente sensato, comprenderlo diventa facile e immediato. Oratore e ascoltatori sono entrambi convinti dell'onestà del discorso. Per la loro forza e antichità (nascono nell'epoca in cui l'uomo a malapena si differenziava dall'animale), le attivazioni degli archetipi possono condurre velocemente ad una situazione pericolosa e di megalomania, manifestandosi come mancanza di umanità, riflessione e compassione (*ibidem*, p. 199).

La loro qualità decisamente inumana conferisce a tutti coloro che ne sono posseduti, dei tratti di personalità e delle qualità inumane. La combinazione di distruzione, possessione, inflazione e

inumanità produce una personalità di leader, magica e carismatica. Jung chiamò queste “personalità *mana*” per il potere sacro che sembra emanare da queste figure, così carismatiche che possono costruire attorno a loro un culto della personalità che dà forma ad un mito antropomorfo che le fa scambiare per delle divinità, portando gli altri ad obbedienza (*ibidem*). Un esempio di archetipi combinati in azione di seguito.

### **L'Eroe, l'Ombra e il Messiah**

Sia l'Eroe che l'Ombra sono coinvolti nel compito dello sviluppo dell'Io. L'Eroe ha il compito di differenziarsi a partire dall'emancipazione del complesso edipico, l'Ombra è tutto ciò che fa da ostacolo, il prodotto di tutte le repressioni e soppressioni necessarie a raggiungere lo scopo individuale.

L'Eroe è condizionato dalla Persona e dagli altri ruoli che l'individuo vede recitare nella vita. Entrambi gli archetipi possono essere proiettati in un leader politico. L'Eroe e l'Ombra possono essere proiettati nella stessa persona, spesso rinforzate dall'archetipo dell'Altro che distingue il “buono” dall'altro “cattivo”, ma anche dall'archetipo del Sé e del Padre quando si tratta di un leader religioso (Messiah). Spesso il criminale è un eroe mancato.

Nel Libro Rosso, Jung parla dello spirito del tempo e dello spirito del profondo. Per poter entrare in contatto con il Sé, per Jung era necessario un confronto doloroso e la simbolica uccisione dell'Eroe che è dentro di noi. Invece di continuare ad esaltare la superiorità dell'intelletto, per Jung era necessario ricercare la propria genuinità “uccidendo” metaforicamente la parte che appariva adatta e funzionante. Talvolta la spinta alla distruzione di una parte di sé viene agita all'esterno, uccidendo un Altro da sé, un nemico individuato in un sovrano o in un popolo. Chi muove guerra verso l'altro inconsciamente crea le condizioni per la propria caduta e perdita di potere. La guerra è dunque una fuga dal confronto con lo spirito del profondo.

I crimini della guerra sono possibili soltanto perché noi tutti siamo incessantemente assassini di noi stessi e degli altri. È certo qualcosa di ineluttabile, ma così la colpa diviene una spaventosa colpa collettiva.  
(Lou Andreas Salomé a Rilke – Gottingen, 12 settembre 1914)

In altro modo, l'Ombra come archetipo può essere definita come “forma a priori dell'inconscio transpersonale ereditario e collettivo” (Trevi & Romano, 1990, p. 17).

L'Ombra come immagine archetipica è semplicemente il prodotto incessante dell'archetipo nell'immaginazione, è la forma simbolica che di volta in volta assume questo archetipo nell'immaginario collettivo, nei miti e nei sogni. In fondo, questa divisione tra “Ombre” è un artificio intellettuale volto a rendere più facile la comprensione del tema. In realtà la negatività dell'Ombra si presenta nell'esperienza umana sempre in forma unificata, complessa e multiforme: sia che si manifesti a livello individuale e personale come infantilismo psicologico o con tendenze autodistruttive, quando emerge sottoforma di incubi o nelle visioni, in fantasie vili e riprovevoli; sia che assuma caratteristiche spiccatamente generali, come il fato crudele o addirittura la morte.

Per riassumere, basandosi sul modello di psiche junghiano, “con la prima accezione, ci viene semplicemente offerta la molteplicità del negativo, ma che questa non si unificherebbe mai in un'unità complessa senza la presenza dell'archetipo come funzione (seconda accezione) e non si renderebbe percepibile né nel sentimento comune quotidiano, né nei sogni, né nei miti o in qualsiasi tipo di narrazione fantastica senza il lavoro di simbolizzazione implicito nella terza accezione (Ombra come immagine archetipica)” (*ibidem*, p. 18).

Inoltre, gli specifici spunti epistemologici a cui si fa riferimento quando si tratta di questioni ombra non devono oscurare l'applicazione clinica che emerge da questo concetto. Il motivo dell'ombra appare come il primo e importante passo nel processo analitico junghiano. Riconoscere la propria Ombra e connettersi consapevolmente con essa è il primo e più importante passo da compiere per evolvere. (Trevi, & Romano, 1990/2009, p. 17).

Nella psicologia analitica, il concetto di Ombra porta con sé alcuni problemi che Trevi (1990) identifica principalmente nei seguenti temi: la proiezione dell'Ombra, la ricognizione dell'Ombra, la scissione dell'Ombra, l'identificazione con l'Ombra, l'integrazione dell'Ombra.

La proiezione dell'Ombra riguarda il meccanismo che si instaura tra chi rimuove ed esteriorizza qualità proprie inferiori inaccettabili, immagini e pensieri rimossi, funzioni poco sviluppate in generale

tutti gli aspetti non coscientemente vissuti della psiche, e chi supporta la proiezione, nel quale spesso si può verificare una vera e propria distorsione della personalità (*ibidem*, p. 19-20).

Il problema della ricognizione dell'ombra è il secondo passaggio del processo di individuazione. L'analisi delle proiezioni e del materiale onirico consentono l'accesso della coscienza ai contenuti oscuri, una "confessione dei peccati" tra paziente e terapeuta che permette di vedere per la prima volta cosa il lato misconosciuto della propria personalità (*ibidem*, p. 22).

In questa fase è possibile che si verifichi un ostacolo: il rifiuto più o meno totale dell'Ombra. Di fronte all'archetipo, l'Io può arretrare spaventato e non riconoscersi nelle proiezioni esercitate o può non ammettere di sentirsi così vulnerabile di fronte alla propria funzione psicologica inferiore (*ibidem*, p. 23).

A questo punto, il soggetto amputa da sé la propria Ombra e si condanna a vivere una vita psichica parziale, forzatamente limitata alla parte in luce della personalità (*ibidem*, p. 24).

L'Ombra è relegata al negativo, al male, proprio come avviene in *Il dottor Jekyll e Mr. Hyde*. Un altro aspetto problematico è l'identificazione con l'Ombra che si verifica come momento della fenomenologia in cui l'Io si identifica con "l'aggressore", teme l'Ombra e si identifica con essa come ricerca di controllo (*ibidem*, p. 23).

Un uomo posseduto dalla propria Ombra inciampa costantemente nei suoi errori. Ogniqualvolta è possibile, egli preferirà fare un'impressione sfavorevole agli altri. A lungo andare la buona sorte è sempre contro di lui, poiché vive al di sotto del proprio livello e, nel migliore dei casi, raggiunge solo quello che non gli compete e non gli concerne. Se non c'è alcun ostacolo in cui inciampare, egli se ne costruirà uno apposta e poi crederà fermamente di aver fatto qualcosa di utile (Jung, 1934/1997).

La fase conclusiva che consiste nel raggiungimento della maturità psicologica si ha con l'integrazione dell'ombra: la conquista di una nuova polarità dinamica e creativa tra il conscio e la parte oscura della personalità (*ibidem*, p. 25). Nel momento in cui si assume l'Ombra, l'uomo accetta di individuarsi, di incarnarsi, di essere un "singolo". In questo senso l'Ombra è l'esperienza della finitudine e rappresenta per l'uomo la resistenza offerta dalla realtà che minaccia il suo Io e allo stesso tempo lo spinge a "individuarsi". È inoltre l'accettazione del disvalore e della colpa autentica di chi, ad un certo

punto, si ritrova a scegliere in nome del Sé aldilà di una legge morale, laddove il bene e il male coesistono.

## Conclusione

A partire da questo trattato sul tema, si può dedurre che per Jung il male risieda nella natura stessa della psiche. Nonostante sia in parte naturale, se esiste una possibilità di trascenderlo (auspicabile solo se accettato e compreso), forse l'unica veramente valida e a nostra disposizione, è quella di farcene carico come singoli individui.

Dopo aver analizzato i principali fondamenti teorici del pensiero junghiano che sono la teoria dell'inconscio collettivo e degli archetipi, alla luce del concetto di Ombra connesso alla questione del male nei suoi risvolti collettivi, emerge la tendenza di Jung a prediligere la dimensione individuale e psicologica come spiegazione e risoluzione del male: come scelta professionale e prima di tutto personale.

Oltre allo scetticismo nutrito per la psicologia della massa e delle nazioni, Jung non se la sente di formulare delle teorie al di fuori del suo campo di ricerca e nemmeno di discutere sui motivi psicologici del male, troppo complessi e al di fuori della sua portata. Per "complessità" del male, sembra che Jung si riferisca, da realista ed empirico, al fatto che è difficile comprendere le motivazioni del male nei termini di un susseguirsi di azioni e fatti mossi da attori in specifici contesti storici. Allo stesso tempo, non sembra esserci "complessità" in un male che è sempre scatenato da dominanti archetipiche e istinti che sono impressi nel sangue e nella biologia di ogni essere umano, come tali arcaici, primitivi e potenti.

A differenza dei fenomeni collettivi, per i quali si limita ad esprimere opinioni in merito ai loro effetti, Jung non si risparmia nella spiegazione delle cause psicologiche del male come riflesso della psiche. La soluzione del male sta nell'intuizione di Jung di come avesse colto il principio regolatore della psiche a livello individuale e collettivo: il *mysterium coniunctionis*. Principio noto all'alchimia ed elaborato da Jung a partire da concetti di filosofie occidentali e orientali (*enantiodromia*, funzione trascendente, Sé

*mandala*, Tao), per Jung il *mysterium coniunctionis* è l'intuizione che attraverso il paradosso porta alla comprensione della complessità della vita.

Perciò oltre alla psicoanalisi, è necessario il processo di individuazione, inteso come un insieme di passaggi interiori compiuti dall'individuo volti ad allontanarlo dalla coscienza unilaterale dell'Io, per avvicinarlo al Sé.

Per Jung i problemi non si risolvono, si superano. Ne è un esempio anche il male. Gli effetti del male sono evidenti, ma le analisi politiche, storiche ed economiche non sono state sufficienti a dissuadere gli uomini dal “fare guerra” e dal prevenirlo dall'esplosione di una cruenta Guerra mondiale. Perciò Jung ritiene più utile, come medico, empirico, pragmatico e realista politico, ricercare la causa del male nella psiche e nell'incapacità della mente umana di comprendere la vita e sé stessa. L'incapacità di comprendere l'unione degli opposti vivendo nell'unilateralità della coscienza, la cecità nel riconoscere gli archetipi in azione e le gabbie dei propri complessi, causano l'ignoranza che sta alla base di una psiche che soccombe completamente alle influenze esterne, indipendentemente dalla loro grandezza o origine, sia dalla parte di chi esercita il potere (*decision-makers*) sia dalla parte di chi lo subisce (massa).

Per Jung è necessario comprendere le cause e trascendere la logica dello schieramento. Ciò dovrebbe metterci in guardia dall'infantilismo psicologico di chi addita i leader politici come unici colpevoli o responsabili della guerra, spinti dall'istinto di proiettare in loro la nostra Ombra e di additarli come Male supremo. Questa tendenza unilaterale a proiettare il male altrove, si rivela sempre riduttiva, non adeguata a comprendere la complessità della vita e controproducente per il progresso individuale e collettivo.

Ogni guerra è il simbolo di un fallito tentativo di ascoltare le parti, le complessità in essere del mondo che sempre si intersecano e sempre interconnettono tutti, è l'incapacità di ascoltare l'Altro. E purtroppo la nostra civiltà Occidentale, come dimostra la storia, è maestra e collezionista di questi fallimenti. Jung ci spiega che la scissione del bene e del male, la proiezione unilaterale del Male sull'Altro e l'infantilismo psicologico che porta al “tu sei tutto cattivo” o “tu sei tutto buono”, sarebbero stati gli ingredienti principali, insieme alla stupidità, per la nostra ineluttabile e sempre

più vicina catastrofe.

In un mondo malato e conflittuale, la capacità di schierarsi e lottare per una causa non solo è giustificata, ma onorevole e meritata. Ma non è questo il punto della situazione per Jung. Il male non nasce dalle idee e dal diritto di pubblicarle o proteggerle, ma dalla strumentalizzazione della logica arcaica del “difendersi dall’Altro nemico” e dalla convinzione che sia giusto imporle incontrovertibilmente, anche con la violenza muovendo guerra.

Poche persone sono disponibili ad analizzarsi per capire che il problema risiede in sé stesso e di conseguenza in ognuno di noi. Senza questa maturità e capacità di cercare il vero e le cause in sé stessi, non cesseranno mai i soprusi, le guerre, le discriminazioni e ogni genere di violenza, poiché una guerra, qualsiasi guerra, ha come vera causa la mente umana e la sua incapacità di capire il senso della vita e di riflettere sul proprio funzionamento.

## Bibliografia

- AIPA, Milano [Intervento di P. Barone] (2019, 16 novembre). Jung e l’Oriente (<https://www.aipamilano.it>).
- Barone, P. (2004). *Lo junghismo: sfigurazione e resti della vita psichica*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Canetti, E. (1960). *Massa e potere*. Milano: Adelphi, 2017.
- Codice penale. *Libro I/ Il reato. Il reato consumato e tentato*. Artt. 39-58bis. Giuffrè, 2010.
- D’Acunto, G. (2020). Identità personale come individuazione: malattie e cure dell’anima secondo Jung (<http://romatrepress.uniroma3.it>).
- Fichant, M, & Pêcheux, M. (1969). Sur *l’histoire des sciences*. In: *Revue Philosophique de Louvain*. Paris: Maspero.
- Freud, S. (1915). *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*. Italia: Edizioni Studio Tesi, 2014.
- Freud, S. (1921). *Psicologia delle masse e analisi dell’Io*. Torino: Boringhieri, 1978.
- Freud, S. (1925). *Psicoanalisi*. In *Inibizione, sintomo e angoscia e altri scritti*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 1978.
- Freud, S. (1930). *Il disagio della civiltà*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 1978.
- Freud, S. (1932). *Introduzione alla psicoanalisi*, tr. it. in *Opere* (Vol. 11). Torino: Boringhieri, 1979, p. 190.
- Freud, S. (1940). An outline of psycho-analysis. *The International Journal of Psychoanalysis*, 21, 27–84.
- Freud, S. (2014). *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*. Italia: Edizioni Studio Tesi.

- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, & V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes, and outcomes. *Behaviour Research & Therapy*, 44(1), 1-25.
- Iyengar, B. K. S. (2010). *Commento agli Yoga Sūtra di Patañjali*, a cura di Gabriella Giubilaro, Giovanni Corbo, Agrippina Pakharukova, Roma: Edizioni Mediterranee.
- Jacobi, J. (1940). *La psicologia di C. G. Jung*, tr. it. Torino: Boringhieri, 2014.
- Jacobi, J. (1957). *Complesso, archetipo, simbolo nella psicologia di C. G. Jung*, tr. it. Boringhieri, 2017.
- Jung, C. G. (1912a). *Trasformazione e simboli della libido*. Torino: Boringhieri, 1952.
- Jung, C. G. (1912b). *Simboli della trasformazione*, tr. it. Torino: Boringhieri, 2012.
- Jung, C. G. (1912c). *Simboli della trasformazione*, tr. it. in *Opere* (Vol. 5). Torino: Boringhieri, 1970.
- Jung, C. G. (1916-43). *The relationship between the Ego and the Unconscious*, in *C.W.* (Vol. 7). London:Routledge, 1990.
- Jung, C. G. (1917-43). *Psicologia dell'inconscio*, tr. it. in *Opere* (Vol. 7). Torino: Boringhieri, 1983.
- Jung, C. G. (1921a). *Tipi psicologici*, tr. it. in *Opere* (Vol. 6). Torino: Boringhieri, 1969.
- Jung, C. G. (1921b). *Tipi psicologici*, tr. it. Torino: Boringhieri, 1977.
- Jung, C. G. (1928). *L'Io e l'inconscio*, tr. it. in *Opere* (Vol. 7). Torino: Boringhieri, 1983.
- Jung, C. G. (1929). *Paracelso*. Londra: Routledge & Kegan Paul, 1990.
- Jung, C. G. (1930-1934). *Visions: Notes of the Seminar Given in 1930-1934* (Vol. 1-2). Londra: Routledge, 1998.
- Jung, C. G. (1934). *Gli archetipi dell'inconscio collettivo*. Torino: Boringhieri, 1997.
- Jung, C. G. (1934-1939). *Nietzsche's Zarathustra Notes of the Seminar in two parts* (Ed.) J. Jarrett. London: Routledge & Kegan Paul, 1989.
- Jung, C. G. (1937). *Determinanti psicologiche del comportamento umano*, tr. it., in *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1976, p. 143.
- Jung, C. G. (1938). *Gli aspetti psicologici dell'archetipo della Madre*, tr. it. in *Opere* (Vol. 9/1). Torino: Boringhieri, 1980.
- Jung, C. G. (1944). *Psicologia e alchimia*, tr. it. in *Opere* (Vol. 12). Torino: Boringhieri, 1995.
- Jung, C. G. (1947). *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*, tr. it. in *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1976, p. 240.
- Jung, C. G. (1957, agosto). Intervista di Richard I. Evans in *Jung parla. Interviste e incontri*. Milano: Adelphi Edizioni, 1995.
- Jung, C. G. (1957). *La funzione trascendente*, tr. it. in *Jung, scritti scelti*. Milano: Red, 2007.
- Jung, C. G. (1961). *Ricordi, sogni, riflessioni*, tr. it. a cura di A. Jaffé. Milano: Rizzoli, 1992.
- Jung, C. G. (1964). *L'uomo e i suoi simboli*, tr. it. a cura di Roberto Tettucci. Milano: Raffaello Cortina Editore, 1983.
- Jung, C. G. (1967). *Il problema fondamentale della psicologia contemporanea*, tr. it. n *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1994, pp. 378-379.
- Jung, C. G. (1985). *Civiltà in transizione: il periodo fra le due guerre*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 2007.



- Jung, C. G. (1985). *Civiltà in transizione: dopo la catastrofe*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 2007.
- Jung, C. G., & Wilhelm, R. (1971). *Il segreto del fiore d'oro*. Torino: Boringhieri, 2007.
- Jung, C. G., & Hull, R. F. C. (1973). *C. G. Jung Letters* (Vol. 1, p. 375). In G. Adler, A. Jaffé (Eds.; Vol. 672). Princeton University Press (<https://doi.org/10.2307/j.ctv1nxcv4h>)
- Jung, C. G. (1977). *Dizionario di psicologia analitica*. Torino: Boringhieri.
- Kirsch, J. (1982). *Carl Gustav Jung and the Jews: The Real Story*, in Maidenbaum, A. and Martin, S. (ed.), (1991), *Lingering Shadows*, Londra: Shambala Publications.
- Liotti, G. (1994). *La Dimensione Interpersonale della Coscienza*. Roma: NIS.
- Lewin, N. (2009). *Jung on War, Politics and Nazi Germany*. London: Routledge.
- Liotti, G. (1995). La teoria della motivazione di Lichtenberg: un confronto con la prospettiva etologico- evolucionista. *Psicoterapia*, 2, 104-112.
- Marozza, M. I. (2012). *Jung dopo Jung*, p. 144. Bergamo: Moretti e Vitali.
- McLynn, J. (1996). *Carl Gustav Jung*. London: Transworld Publishers Ltd.
- Petri, F. (2015). Gandhi e Jung, Libro Rosso e non-violenza: alcune considerazioni per l'oggi. *Quaderni di cultura junghiana*, 4(4) (<https://quadernidiculturajunghiana.it>).
- Popper, K. (1969). *Scienza e filosofia. Problemi e scopi della scienza*, p. 146, Torino: Einaudi.
- Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrates of a social nervous system. *International Journal of Psychophysiology*. Special Issue: A “snapshot” of psychophysiology at the end of the twentieth century, 42(2), Oct 2001, 123-146.
- Porges, S. W. (2011). *The Polyvagal Theory: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-regulation*. New York: W. W. Norton & Co.
- Quaglia, R., & Longobardi, C. (2012). *Modelli evolutivi in psicologia dinamica*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Raggi, A. (2021, 6 aprile). *Una mappa junghiana della psiche: tra complessi e archetipi* (<http://www.psychiatryonline.it>).
- Romano, A. (2005). *Jung e l'Oriente*. Bergamo: Moretti e Vitali Editori, pp. 62-63.
- Roth, W. (2006). *Incontrare Jung*. Roma: Ma. Gi.
- Sassoli de Bianchi, M. (2018). Observer Effect. In: *The SAGE Encyclopedia of Educational Research, Measurement, and Evaluation*. Edited by: Bruce B. Frey. SAGE Publications, Inc., pp. 1172-1174.
- Seneca (58). *De vita beata*, in *Dialoghi* (Vol. VII).
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Press.
- Trevi, M. (1988). *L'altra lettura di Jung*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Trevi, M., & Romano, A. (1990). *Studi sull'Ombra*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2009.
- Trevi, M. (2020). *Leggere Jung*. Roma: Carocci Editore.
- Università degli Studi di Milano-Bicocca [Intervento di G. Vadalà] (2013, 5 novembre). *A tavola con Jung. Un incontro con la psicologia analitica 1/3*. [Video]. YouTube.