# INCARNARE L'ANIMA
# PER POTER VIVERE IL COSMO

Dott.ssa Giusy Porzio

*"Il vaso sa, poiché è parte della mia natura, e io so poiché sono della natura del vaso. Io so poiché io sono della natura di Sadasiva, ed Egli sa poiché Egli è della mia natura"*

*Somananda* (Mark Dyczkowski)

In questo lavoro vorrei partire da questa citazione dell'antico filosofo indiano Somananda, che è in grado di interconnettere profondamente la natura, con l'umano e col divino. Nella nostra vita di oggi purtroppo, sembra che si sia spezzata ogni interconnessione tra la natura e lo spirito. La natura è ridiventata res extensa, da sfruttare al massimo, da parte di questa umanità arrogante, convinta di essere l'unica specie superiore a tutte le altre, anche al divino, e convinta soprattutto che ogni cosa gli sia dovuta. Ma quanto tutto questo ci sta costando in termini di vitalità e di bellezza! In termini di Anima! Parlare del divino nell'ambito della Psicologia Analitica vuol dire parlare di quella scintilla vitale, presente in ognuno di noi, di quell'immagine del divino che ci portiamo dentro, e che è presente anche nel mondo che ci circonda. Parliamo dell'Archetipo

dell'Anima che è l'Archetipo della Vita. In quest'epoca viviamo costretti in una dimensione di grande sofferenza e cecità in cui ogni movimento di ognuno, ogni espressione, ogni gioia, ogni libertà, ogni contatto vero è inibito. Le guerre, le catastrofi, le malattie ci circondano. Ed ora anche l'Intelligenza Artificiale minaccia la nostra umanità. Siamo bloccati nel nostro piccolo e solitario mondo, totalmente chiusi nel proteggere ognuno i propri interessi, proprio perché non siamo stati in grado, come umanità, di mantenere vivo lo sguardo attento sulla bellezza del mondo e sulla sua Anima. Non siamo stati in grado di poter incarnare la nostra anima per poi poterci sentire appartenenti al Cosmo e viverne la sua meravigliosa bellezza. Ci ricorda Ziegler: *"Le nostre concezioni del mondo derivano dai nostri organi e lo spirito umano esiste solo in virtù di quelle".* Questo ci fa comprendere quanto il corpo sia strettamente collegato con la psiche, alla stregua delle due metà di un Unicum. Ed è lo stesso archetipo con la sua struttura, che ce ne rende conto con i suoi due poli fisico e psichico, infrarosso ed ultravioletto.

La vita è bellezza e in questi tempi noi non la vediamo! E le conseguenze purtroppo sono quelle che stiamo vivendo… E invece il mondo ci attrae proprio per questa bellezza, prima che per ogni altra cosa. Per la presenza afroditica che avvolge ogni manifestazione della vita che ci circonda. È una bellezza che scatena le emozioni del cuore. Hillman ci parla dell'Anima Mundi nella quale siamo totalmente immersi, espandendo in tal modo la classica visione psicoanalitica, che distingue nettamente il mondo interno dal mondo esterno. Verrebbe da chiedersi quali sono i confini della mia identità? Sono limitati al mio Io e alla mia persona o la mia identità comprende anche il mondo che mi

circonda? Hillman specifica: *"Non è possibile fissare con precisione i confini della identità umana, perché si affievolisce passando dalla luce della consapevolezza focalizzata alle ombre dei sogni, delle visioni, dei ricordi, delle intuizioni discontinue, delle eruzioni spontanee, il cui punto d'origine è indefinito"*. Potremmo chiederci quindi dov'è che finisce la psiche e dove inizia la materia… Per Freud la psiche si fonde col corpo biologico. Per Jung con la sostanza del mondo naturale. E per Hillman è fondamentale che l'uomo raggiunga, per il proprio benessere, non solo un'armonizzazione col proprio mondo interno, ma anche col mondo ambientale. *"Ed ecco che la psicologia si fonde con l'ecologia"*, ci ricorda Hillman. Mi piace qui ricordare anche i recenti studi di Diego Frigoli sulla ecobiopsicologia, che sottolineano la sostanziale unità che esiste tra la natura e l'uomo. Frigoli scrive: *"L'evoluzione delle forme viventi è sedimentata nel DNA del corpo dell'uomo e può affiorare alla coscienza delle immagini psichiche sotto forma di fenomeni interconnessi col corpo. L'ecobiopsicologia, in questa prospettiva, può essere intesa come lo sguardo olistico che permette di guardare al mondo, al corpo dell'uomo e alla sua psiche nella loro gerarchia in-formativa di energia e materia strutturate in modo diverso"*. Potremmo quindi asserire insieme con gli autori citati che l'identità dell'uomo implica un contatto ravvicinato col mondo, con la natura, ma soprattutto implica la presenza di un occhio psicologico.

Poter guardare ogni cosa, del mondo interno così come del mondo esterno, in modo non letterale.

Poter entrare in contatto con quella che è l'immagine. Ma cosa vuol dire entrare in contatto con l'immagine? Mi riferisco alle

immagini della psiche, quelle immagini che nascono dal cuore immaginativo e che ci catturano per la loro bellezza. Sono le immagini archetipiche. Jung ci ricorda infatti che le immagini sono gli elementi basilari della psiche. E Diego Frigoli ancora ci parla di "analogia vitale" che è: "*…il metodo per conoscere l'anima che sta nel profondo delle cose e contemporaneamente nel corpo e nella mente dell'uomo".*

L'analogia vitale implica l'entrare in contatto con le immagini archetipiche che, al pari degli archetipi si manifestano attraverso un continuum dal polo infrarosso al polo ultravioletto, coinvolgendo quindi corpo e psiche. E parlare di immagini archetipiche vuol dire parlare di senso. Ecco quindi l'analogia di Frigoli che coglie il senso dei rami degli alberi, che sono analoghi alle ali di un uccello o alle braccia di un uomo! Questo entrare in contatto con l'immagine è un processo di deletteralizzazione, o visione in trasparenza che ci porta al cuore delle cose. E da cuore a cuore comprendiamo l'anima delle cose. È proprio il cuore infatti l'organo della visione psicologica laddove si coniugano un percepire coi sensi e un immaginare attraverso le idee: Nel suo bellissimo lavoro "L'Anima del mondo e il pensiero del cuore" Hillman ci dice: "… *l'espressione intelligenza del cuore connota l'atto del conoscere e amare simultaneamente per mezzo dell'atto immaginativo".* L'interiore allora è dovunque guardiamo con occhi psicologici e non letterali e ascoltiamo con orecchi psicologici.

E il nostro cuore, nel caotico mondo digitale in cui viviamo oggi, laddove non abbiamo il tempo di interiorizzare più nulla tale è l'inflazione ermetica, è totalmente anestetizzato, e la visione azzerata. Il termine anestesia vuol dire mancanza *di aisthesis,* la

cui radice rimanda all'atto di inspirare e introiettare. *"Quel trattenere il fiato dalla meraviglia che è la risposta estetica primaria", ci ricorda ancora Hillman.* La totale mancanza di contatto, con l'anima del mondo e con la bellezza estatica ed estetica della natura, induce questa umanità così onnipotente e carica di yubris a compiere orrori e devastazioni sempre più grandi proprio a causa di questa visione azzerata. Ci sono rifiuti dappertutto, il pianeta è diventato una discarica a cielo aperto, le guerre sono all'ordine del giorno per ottenere sempre più potere, mentre i migranti muoiono in mare e molti bambini muoiono di fame. Ed oggi in particolare poi stiamo vivendo la guerra dei bambini, dove sono proprio i bambini soprattutto ad essere uccisi, come a voler azzerare totalmente la vita ed il futuro! Quanto ci sta costando e quanto ci costerà ancora in termini di Vita tutta questa bruttura ed incapacità di vedere col cuore immaginativo il mondo che ci circonda!

E la natura muore col nostro cuore annichilito. Senza la capacità di cogliere la bellezza, stiamo diventando sempre più immorali e sociopatici. Siamo trasformati solo in compulsivi e ciechi consumatori di ogni genere di prodotto. Gli dei che oggi ci governano non sono più gli dei olimpici che ci insegnano l'importanza del limite, bensì la pubblicità, il potere, il danaro, la sopraffazione e il totale egocentrismo di questo Io titanico. Infatti quando il divino è assente ecco che il titano si fa strada. E quello che resta sono gli attributi divini dell'onnipotenza, dell'onniscienza, dell'onnipresenza, ma questa volta incarnati dall'uomo titanico. Il titanismo è insito nel genere umano, e si manifesta quando viene meno il cuore e con esso la visione e il limite. Sembra che stiamo parlando proprio della società attuale, col

suo titanismo e la sua cecità. È il mito di Dioniso Zagreo, figlio di Zeus e di Persefone, figlio di due dei, che ce lo ricorda. Quando era ancora bambino, Dioniso venne ucciso, fatto a pezzi e divorato dai Titani; tuttavia si salvò il cuore dal quale nacque un nuovo Dioniso, figlio di Zeus e di Semele, quindi umano e divino; era il Dioniso guida delle anime e i Titani vennero inceneriti da Zeus. Dalle loro ceneri ebbe vita il genere umano. Quello che si salvò fu proprio il cuore, la visione, il limite insito nella visione.

Far ritornare gli dei significa infatti accogliere nuovamente il limite perché solo in presenza del limite, l'eccesso titanico viene circoscritto e può ri-affiorare l'immaginazione. Ma come l'immaginazione può permetterci di curare questa enormità titanica così distruttiva per l'umanità e per la natura? Curare l'enormità titanica vuol dire ri-acquisire il senso del mondo come di un essere animato. Ed è proprio quel contatto con la bellezza del mondo, quel ri-attivare l'immaginazione del cuore col suo stupore e la sua meraviglia, che può permetterci di comprendere che siamo ospiti in questo nostro mondo animato e non padroni, e che come degli ospiti, dobbiamo muoverci con attenzione e cautela, senza distruggere titanicamente ogni cosa! Ecco il limite che nel contempo è immensità!

Ed ecco allora che ritorna il sacro nella specificità di ogni evento, di ogni cosa che ci circonda, di quell'albero, di quel fiore, di quell'angolo di strada.

Ancora, fidarsi delle reazioni del cuore, che è l'organo della visione psicologica e che ci indica se una cosa o un evento ci piace, ci fa paura, orrore, rabbia. Perché parliamo di fidarsi delle reazioni del cuore?

Forse perché proprio attraverso il cuore che è capace di immaginare viviamo sia le emozioni che le intuizioni di ciò che ci piace, ci affascina oppure ci fa paura. È come se fossero presenti entrambi i poli dell'archetipo presente nella immagine archetipica, il polo infrarosso e quello ultravioletto. Il cuore col suo atto immaginativo è capace di cogliere la bellezza e ci permette di comprendere e di amare oppure odiare contemporaneamente. Scrive ancora Hillman: "*Se vogliamo recuperare l'anima perduta, dobbiamo ritrovare le nostre reazioni estetiche perdute, il nostro senso della bellezza*". E allora ecco che dal "cuore ridestato" nasce una nuova attenzione per la natura cosi come per le persone. Impariamo cosi a prenderci cura non solo della psiche dentro di noi, ma anche fuori di noi. Ma la lezione hillmaniana va oltre. Questo infatti è solo il primo passo, che ci porta a vivere una connessione profonda con la natura. Il passo successivo infatti è mantenere viva la coscienza psicologica. E questo implica mantenere anche uno sguardo sull'Ombra della natura, sulla sua oscurità.

Il bisogno che ha la psiche, di bellezza è fondamentale. Ma quando quel bisogno di bellezza viene situato esclusivamente nella natura, senza che ci sia la coscienza psicologica, che è in grado di coglierne anche i lati oscuri, entriamo in una dimensione totalmente inconscia. Quello che in questo tempo titanico accade, è la fantasia che la natura, sia sempre bella, dolce e amabile. Ma non sempre è stato così. Per lunghi periodi la natura là fuori era demoniaca e persecutoria per l'uomo. Questa fantasia di una natura romanticamente bella, implica necessariamente una associazione tra natura e bellezza, e che il naturale sia sempre bello.

Abbandonarci soltanto alla bontà della natura e del naturale, molto spesso invece ha l'effetto opposto, di attenuare la acutezza della mente, e quindi di farci cadere nell'opposto della bontà, cioè nella brutalità e nell'ignoranza. La natura infatti oltre ad essere bellezza e generosità è anche caos, distruzione, entropia, morte. E così l'uomo naturale diventa simile all'uomo primitivo, semplice, ingenuo, con una preponderanza del sentimento sull'intelletto, incapace di processi evolutivi.

L'uomo naturale è totalmente inconscio. Ed è solo attraverso il processo immaginativo che riusciamo a vedere la natura con occhi psicologici e che possiamo ricrearla.

Ogni pietra allora può diventare portatrice di bellezza, ogni albero, come ogni monumento, ogni cattedrale a seconda di quello che le nostre menti e le nostre mani sono in grado di fare o di non fare. Ognuno di noi è immerso da un lato nel cuore pulsante della natura, che costituisce la madre, ma nello stesso tempo è un essere spirituale, che costruisce il proprio mondo personale e il mondo collettivo attraverso le proprie idee, che innanzi tutto nascono dal cuore come immagini. E le idee sono collegate alle immagini. Infatti uno dei termini per indicare le immagini è eidola dal greco "eidolon" (idolo, simulacro). Gli eidola sono immagini immateriali, simili al riflesso in uno specchio, ed hanno a che fare con Ade, da "aidoneus", invisibile. *"La nostra parola idea,* - specifica Hillman - *viene dal greco eidos, che in origine significava sia ciò che si vede, sia ciò con cui si vede. Noi vediamo le idee e vediamo per mezzo di esse"*. Ma anche la parola immagine proviene dal greco "mimos" (imitatore) e "mimeomai" (imito). Questa etimologia ci dice che anche le immagini non sono materia letterale, ma qualcosa che la imita. Ne consegue che

attraverso le idee psicologiche possiamo vedere le immagini, cioè la psiche inconscia. E la nostra evoluzione quindi, non si arresta alla passiva imitazione della natura, ma procede attraverso l'attenzione e lo sguardo verso il processo creativo della natura, che è il nostro processo creativo, la nostra vita permeata di psiche.

Il deletteralizzare permette alla materia di far affiorare il suo "Deus Absconditus", che è lo Spirito dentro la Materia! Ma il Deus Absconditus nascosto nella materia richiede un lavoro per poterlo estrarre dalla materia. Estrarre il cuore dalla pietra vuol dire deletteralizzare, guardare la pietra con occhi psicologici, e riuscire così a cogliere quello che è il suo Deus Absconditus, proprio come facevano gli alchimisti. Jung ha utilizzato la metafora alchemica per parlare in maniera immaginale del processo analitico e della relazione transferale e controtransferale. E nelle nostre stanze di analisi ci ritroviamo ogni giorno di fronte alla concretizzazione dei sintomi, alla pietra dura e opaca, che chiede di essere compresa nel suo senso più profondo. Far affiorare il Deus Absconditus ha quindi a che fare da un lato con la deletteralizzazione dei sintomi e dall'altro con il passaggio dal sintomo al simbolo, così da permettere la trasformazione della prima materia nel corpo sottile, laddove il sentire ci congiunge col pensare.

E nel processo alchemico della trasformazione il bianco dell'albedo, che viene raggiunto dopo la sofferenza della nigredo, non è il bianco dell'innocenza, ma, come dice Hillman "*… un raffreddamento che deriva da violenti tormenti, da un lungo patire e da un calore intenso*".

Estrarre quindi il Deus Absconditus, il corpo psichico dalla materia porta con sé dolore, sofferenza, mortificazione, per poi aprirsi attraverso i processi immaginativi al bianco dell'albedo. E il "Deus Absconditus", lo Spirito dentro la Materia, rappresenta anche il più profondo, il più sacro dei Misteri, celebrato da ogni religione, fin dall'antichità. Annie Besant nel suo libro "Il Cristianesimo esoterico" scrive: "*Quando il Logos emerge dal seno del Padre in "quel giorno" in cui si dice essere generato, all'alba del giorno della creazione, della manifestazione, quando per suo tramite Dio fece il mondo, Egli di sua propria volontà limita sé stesso formando, per così dire, una sfera che racchiude la vita divina, emergendo come un globo radioso di deità, sostanza divina, o spirito all'interno, e limitazione o materia all'esterno*". Ed è proprio quel globo di deità che rappresenta il dio, il principio vitale, che permette la vita, a partire dalla materia inorganica. La legge della manifestazione della vita è la legge del sacrificio. Ancora una volta stiamo parlando del limite, della perdita dell'onnipotenza, del sacrificio appunto che rappresenta nella vita, come nell'analisi, nel microcosmo, come nel macrocosmo, la via che permette il fiorire della bellezza, il fiorire dell'Anima! È questa la crocifissione nella materia, l'incarnarsi dello Spirito nella Materia.

Ed è proprio attraverso l'immaginazione, che è possibile mantenere vivo il nostro legame col nostro daimon, che ci porta ad essere quello che siamo destinati ad essere e che possiamo mantenere vivo il legame con lo spirito della natura.

La parola immaginazione ha le sue origini nel termine sufi *"himma"*, il cui significato è "il potere creatore del cuore". Ed è Henry Corbin, che evidenzia in che cosa consiste l'approccio

immaginale e il "MundusImaginalis". Scrive Corbin: "*Esiste un mondo intermedio, quello delle Idee-Immagini, delle figure-archetipi, dei corpi sottili, della materia immateriale. […] un universo intermedio in cui lo spirituale prende corpo e il corpo diviene spirituale, […] ciò che qui viene proposto è il valore straordinario che l'immagine e l'immaginazione assumono per l'esperienza spirituale*".

Potremmo immaginare che esista un intero universo invisibile che è allo stesso tempo, origine e copia di quello che vediamo. L'immaginale è il luogo dove quel mondo si affaccia, diventa immagini, forme, *eidola* e si rende visibile. Frigoli ci parla di una particolare condizione della mente che è lo stato di mag, attraverso il quale si realizza un "*rapporto attivo con l'inconscio, attraverso una pratica consapevole e precisa, in cui non si ha né attenuazione di coscienza e volontà, né scissione tra oggetto e soggetto*". E lo stato di mag appare simile al Mundus Imaginalis e all'immaginazione attiva.

Hillman ancora sottolinea che attraverso il processo immaginativo dobbiamo far emergere dall'uomo naturale l'uomo psicologico,dall'anima naturale far sbocciare l'Anima in grado di connettersi con lo Spirito. Ma come può emergere l'uomo psicologico di cui parla Hillman? Come può emergere l'Anima in grado di connettersi con lo Spirito? Sono le metafore alchemiche del sale e dello zolfo, il sale del dolore dell'esperienza e lo zolfo del desiderio illimitato, che permettono all'Anima attraverso il calore intenso dell'Opus, di potersi ricongiungere con lo Spirito. E proprio l'Opus che mi porta a porre un limite - ancora una volta la legge del sacrificio – un limite al mio desiderio dapprima impulsivo ed illimitato, come lo zolfo alchemico. "L'Anima creativa

anela allo Spirito". – scrive ancora Hillman. L'Anima quindi, in grado di connettersi con lo Spirito può emergere solo liberando il cuore dalla terribile anestesia in cui è caduto. Il cuore immaginativo così ridestato, diventa nuovamente sensibile alla bellezza. E allora possiamo guardare con occhi nuovi, tutto il mondo che ci circonda, e ammirarne la bellezza, ed amare col nostro cuore immaginativo ogni cosa capace di evocare meraviglia e stupore. È importante che tra le cose del mondo, animate dalle immagini dell'Anima Mundi, e la nostra immaginazione si crei una corrispondenza fra l'anima di quella cosa e la nostra anima. Oggi invece purtroppo, primario è il disturbo dell'immaginazione che ci impedisce di vedere la bellezza. E quando l'emozione non è contenuta entro la propria immagine, allora l'emozione dilaga titanicamente incontrollata!