

PSYCHOMEDIA	TERAPIA NEL SETTING INDIVIDUALE <hr/> Psicoterapia con il gioco della sabbia
--------------------	---

I TESORI NELLA SABBIA

Carla Di Francesco

Il Sé acquista un posto fondamentale nella psicologia junghiana e rappresenta l'ultima tappa nel cammino verso l'individuazione. E' una tendenza innata riconosciuta tra i processi psichici basilari ed è definito, contemporaneamente, tanto il centro che la totalità della psiche, formata da contenuti coscienti e inconsci, personali e collettivi.

Il Sé, inoltre, rappresenta l'unione degli opposti, espressa da simboli, la cui produzione spontanea è la stessa in tutta l'umanità. In riferimento a ciò, Jung afferma: *“al di là della coscienza, esiste in ogni individuo una disposizione inconscia a diffondere, per così dire universalmente, a produrre ovunque e sempre, simboli uguali, o almeno molto simili”*(Jung, 1950).

Il concetto del Sé è un vero simbolo. Noi usiamo un simbolo per esprimere qualcosa che non si può esprimere in altro modo e Jung afferma che, senza un confronto con tali immagini, la via dell'individuazione sarebbe preclusa. Ovviamente, l'idea del Sé può essere pensata, ma non saremo mai in grado di spiegare cos'è il Sé, perchè in quanto tale è impensabile. Esso è per sua natura metafisico e per questo motivo ne possiamo parlare come simbolo.

I simboli del processo d'individuazione rimandano sempre ad una totalità, come, ad esempio, la produzione spontanea di particolari disegni simbolici, chiamati mandala, che in sanscrito significa “cerchio magico”. Jung ritiene, inoltre, che il motivo dei mandala sia archetipico, dunque, suscettibile di “manifestarsi in tutti”.

Praticamente, però, incontrare il Sé, in forma chiara, è possibile in un numero relativamente esiguo di casi. Quando, però, il simbolo del Sé emerge nella sabbia, questo è chiaro e riconoscibile. L'esperienza di plasmare la sabbia in forme ed immagini provenienti, non più da una dimensione conosciuta, ma transpersonale, genera forme e simboli antichissimi che rimandano all'alchimia. E'

un'esperienza naturale e dinamica che, in determinate condizioni, emerge spontaneamente dalla misteriosa profondità della psiche.

Le immagini di cui stiamo parlando sono figure geometriche perlopiù circolari, suddivise in quattro parti, con un centro evidente. Jung approfondisce il tema nel saggio “Simbolismo del mandala” (1950; 1980), in cui mostra come la loro variabilità sia, comunque, espressione del Sé e ne riassume gli elementi da cui è rappresentato: una figura circolare o sferica o a forma di uovo; una figura circolare a forma di fiore (rosa, loto) o di ruota; un centro rappresentato dal sole, da una stella, da una croce perlopiù a quattro, otto o dodici raggi; figure circolari, sferiche o cruciformi, spesso rappresentate come rotanti (svastica); un cerchio costituito da un serpente avvolto attorno ad un centro ad anello (uroboro) o a spirale (uovo orfico); una quadratura del cerchio (cerchio in un quadrato e viceversa); un castello, una città, un recinto, themenos, disposti a cerchio o quadrato; un occhio (pupilla e iride).

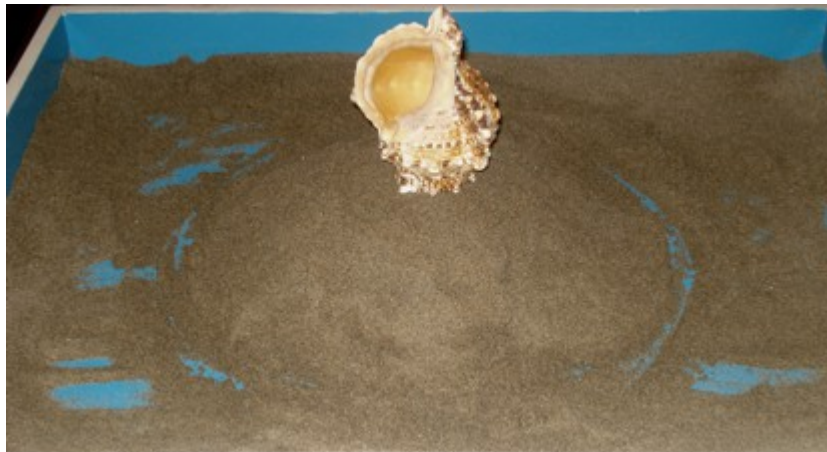
La terapia del gioco con la sabbia permette l'esperienza simbolica del Sé anche attraverso l'uso di materiali con le forme sopra descritte. I simboli del Sé che emergono nella sabbia sono spesso accompagnati da sentimenti profondi e intensi, da grande eccitazione e gioia.

Durante un percorso di terapia individuale con il gioco della sabbia, ricordo molto chiaramente, quando, all'interno della cassetta di sabbia, apparve una conchiglia protetta da un recinto, in posizione circolare.



E' stato immediato comprendere che mi trovavo di fronte ad un elemento simbolico, archetipico, un simbolo universale. La conchiglia, nella sua dimensione tridimensionale, rappresenta la direzione orizzontale e verticale dello spazio con tendenza e spinta verso l'interno, una spirale che entra nel fondo. La conchiglia è il simbolo del primo alito di vita e indica l'organo femminile e la generazione, che, come nella metamorfosi alchemica, è la trasformazione della polvere in gioiello, l'integrazione tra femminile e maschile. Nel simbolismo cristiano, però, il guscio della conchiglia è anche la tomba che racchiude l'uomo dopo la morte, prima della resurrezione. Vita e morte si confondono, come sempre nell'archetipo si integrano gli opposti. Ed ecco come la conchiglia si fa simbolo di trasformazione.

Guardando la conchiglia dal lato opposto, inoltre, osservai che sembrava un orecchio, un'altra immagine.



Mi trovai di fronte l'immagine di una conchiaglia e di un'orecchio: due simboli mistici e alchemici. L'orecchio indica la saggezza dell'ascolto interiore e rappresenta le 4 direzioni dello spazio, che ci danno il senso dell'equilibrio e ci mettono in contatto con lo spazio esterno.

Quando compare una sabbia con tale dinamismo, l'uso del silenzio nella relazione analitica, attiva una comunicazione inconscia, non verbale, attraverso cui si realizza l' "esperienza di vita del simbolo condiviso" (Kalf 1974). E' l'instaurarsi di un processo a due e come dice Jung (1946), a questo proposito: "Nell'atto in cui il paziente trasferisce sul medico...un contenuto attivato

dall'inconscio, viene costellato anche nel medico il materiale inconscio corrispondente. In tal modo medico e paziente si trovano in un rapporto fondato su una comune inconscietà”.

La terapia con il Gioco della Sabbia, terapia non verbale e non razionale, funziona come un processo autonomo e come tale, all'interno del lavoro analitico, attiva, accelera e facilita il processo terapeutico.

BIBLIOGRAFIA

Jung C.G. (1946), *La psicologia del transfert*. Il Saggiatore, Milano, 1961.

Jung C.G. (1950), *Simbolismo del mandala*, In C.G. Jung, *Opere 9/1*, Boringhieri, Torino, 1980.

Jung C.G. (1958), *La funzione trascendente*, in “*La dimensione psichica*”, Boringhieri, Torino, 1972.

Kalff D. (1974), *Il gioco della sabbia*, O.S., Firenze.

Weinrib E. L., *Immagini del Sé. Il processo della Terapia del Gioco della Sabbia*. Ed. Del Faro, 2012.

