

IL MANDALA- KHILKOR

"...sognai un cerchio di donne accoccolate in una grande sala, con le braccia allungate verso il centro come per un rito"

(V.)

"...ero nel cortile di un palazzo orientale, attorno si aprivano le porte di tutte le sale, e al centro c'era una vasca circolare, mi sentivo in profonda pace e bellezza."

(sogno di Enzo)

"...tutte le strade finivano in un luogo rotondo, là io mi sentii al termine del mio cammino"

(sogno di Laura)

"Tu sei la casa e l'abitante della casa"

(Testo lamaista)

Quando le energie si riuniscono in modo armonioso, si apre la via verso il Sé [1]. Affiora il grande archetipo dell'integrazione con i suoi simboli. La crescita ideale viene mostrata, nel sogno, nella visione e nell'arte, attraverso una immagine costante: il MANDALA, l'immagine del Sé. Il mandala non è una immagine creata dalle religioni o dai riti o dall'arte, il mandala appare come sogno, o segno o visione.

Esso è un disegno, che mostra una struttura concentrica e simmetrica in cui appaiono alcune forme geometriche costanti come il cerchio o il quadrato. Al centro può essere un fiore, una rosa, una stella o una immagine rituale come il loto quadrilobato (*padma*) o il Buddha. Nell'Apocalisse la Gerusalemme celeste è un mandala che ha nel suo centro l'agnello del Cristo. Il mandala lamaista è uno spazio sacro attorno a uno stupa quadrato, in cui si gira ritualmente verso destra, in senso orario, seguendo il moto che va verso est o alba o luce, mentre il verso opposto va verso l'ombra e la morte. Così nasce la svastica destrorsa o luminosa che si contrappone a quella sinistrorsa o mortale.

Il mandala è un simbolo astratto che appare alla coscienza per forza propria o viene realizzato come compito o percorso, è uno spazio sacro (*temenos*) a forma di cuore, piazza, città, giardino, palazzo, fortezza, castello, finestra, fiore... In sogno il mandala può apparire personificato: il vecchio saggio, il bambino divino, la guida spirituale, l'amico, l'animale totem, l'angelo... Non è solo un indicatore astratto, ma una energia che rappresenta la vera conoscenza sapienziale, ciò che in noi sa cosa siamo, dove andiamo e cosa cerchiamo, il nostro centro esistenziale, la guida e il tutore, il senso segreto e la ricerca, una intelligenza che ha a che fare col divino e che si accompagna a simboli o sensi sacri. Per tutte queste cose, il mandala rappresenta il Sé.

Secondo Jung, non è la religione a inventare il sacro, ma è il sacro a proiettarsi in forme religiose. Ognuna si manifesta nell'umano, e dunque è permanente, ma promana da qualcosa di extraumano, e dunque è eterna.

Il Sé è il centro divino della psiche, sovraordinato, profondo e ignoto, verso cui avanziamo senza saperlo e il mandala lo rappresenta, per cui lavorare

sul mandala ha il fondamento di una meditazione e aiuta ad armonizzare la psiche.

In Oriente il mandala è una figura fissa per tradizione, disegnata, dipinta o raffigurata secondo coreografie rituali. Nel lamaismo e nello yoga tantrico il mandala è considerato un *dmigs-pa*, immagine mentale, che sorge da sola nella mente di un lama evoluto, e viene usata come circolo rituale-magico o strumento di contemplazione.

Ma secondo Jung anche la psiche disturbata produce un suo mandala di riallineamento: *"Il vero mandala è una immagine mentale costruita dall'immaginazione attiva, quando è presente un disturbo dell'equilibrio psichico o quando si produce un pensiero nuovo"*.

I mandala sono antichi quanto l'uomo, si manifestano già nel paleolitico, sono universali, ma assumono valenza religiosa soprattutto nel lamaismo tibetano e nello yoga tantrico. In Occidente possono apparire in sogni speciali o straordinari, come messaggi che il Sé ci manda per indurci a non perdere la via.

La nostra vita segue un progetto, il modello che il Sé aveva in serbo per noi, difficilmente lo seguiamo. Quando uno non vive in armonia col Sé è come un albero che cresce fuori dal suo disegno naturale; il sintomo più diffuso di questa distorsione è l'inquietudine, che si manifesta come insoddisfazione, angoscia, solitudine, desiderio o mancanza.

L'inquietudine è il principale sintomo nevrotico, S Agostino la chiama 'il segno di Dio', dice: Dio ti chiama al tuo progetto ma tu sei sordo e Dio allora ti manda l'inquietudine, affinché tu cominci a cercare la centralità della tua anima.

Lo stato d'animo negativo è l'energia che non trova la sua strada e rende spostati o maniacali, svogliati o iperattivi, depressi o aggressivi, frigidità o ipersessuali, sempre fuori dal proprio centro, in eccesso o in difetto, vuoti o saturi, lontani dall'asse originario. Quando non camminiamo sulla via del Sé, l'inconscio ci avverte con sintomi di malattia, sofferenza o malessere.

Nella prima parte della vita il compito dell'uomo è l'adattamento biologico, il progetto delle prime funzioni: diventare autonomi, innamorarsi, trovare un lavoro, realizzarsi nella società, mettere su casa, avere figli... Poi il Sé ci chiama a compiti più interiori, spirituali, chiede di sviluppare la saggezza, di scioglierci dall'egoismo.

Noi siamo fatti di molti, ma ci viene chiesto di cercare l'Uno. Ogni uomo è una scheggia di vita che per lungo tempo sostiene se stessa, poi viene il momento in cui le limitazioni della singolarità devono cadere ed egli deve inserire la sua vita in un orizzonte più alto e più ampio. Per questo il Sé non è solo la nostra realizzazione specifica, è anche il nostro progetto in relazione col Tutto, la vita che si riunisce a se stessa mediante noi.

Come dice Gibran: *"Solo ieri pensavo di essere un frammento che turbinava impazzito nella sfera della vita./Ora so di essere io la sfera e che tutta la vita, in ritmici frammenti, si muove in me"*.

La seconda metà della vita dovrebbe essere dunque il tempo dell'anima.

Jung non è solo uno psichiatra, è un cercatore, la ricerca lo porta a viaggiare in mondi paralleli, come uno sciamano che attraverso mondi, che

deve oltrepassare i confini della coscienza e permettere all'inconscio di manifestarsi: sogni notturni, lucidi, meditazione, attività immaginative, gioco, drammatizzazione, psicodramma, pittura, scultura, muratura, giardinaggio, narrazione, diario, poesia, danza, nuoto, natura, paranormale... Quando il viaggio sciamanico comincia, Jung si rende conto di aver aperto la porta a qualcosa di grande di fronte a cui la coscienza è impreparata. Quando accetta di immergersi totalmente nell'inconscio collettivo, emerge un caos immaginativo fuori misura; l'inconscio è come un mare infinito che le dighe della coscienza trattengono a mala pena, e che, aperto il varco, può sommergerci in un'onda gigantesca di contenuti, forme e colori, senza curarsi delle nostre possibilità di contenimento, invadendo anche il reale quotidiano. L'energia in arrivo può essere come un'alluvione. Per questo le antiche discipline esoteriche chiedevano un maestro che facesse da protezione e schermo. L'esondazione dell'inconscio comporta pericoli di grande dispersione psichica, sia perché i nuovi contenuti sono alieni alla coscienza sia perché l'inconscio è un caos senza centro. Jung pensa che si debba porre un punto di stabilità per non disgregare la psiche e questo punto è proprio il Sé.

Nel difficile viaggio interiore Jung è solo, senza maestri o guide, e rischia la dispersione, la schizofrenia, si salva per l'aderenza ai suoi doveri quotidiani, il lavoro, la moglie, i figli, i pazienti, i libri, il focolare, la terra, la pesca, la pietra... tutto ciò che lo fa aderire al tangibile, per cui egli vive su un doppio binario, la vita ordinaria del suo lavoro e degli affetti e quella parallela della ricerca profonda; gli sono d'aiuto lo yoga, che pratica da sempre, il lavoro manuale e creativo che è per lui una forma di meditazione, il contatto con la natura, e infine le guide interiori che vengono dal suo stesso inconscio per aiutarlo.

Il centro della psiche è il mandala, via di meditazione e di organizzazione, struttura centrata e simmetrica, che usa forme astratte per rappresentare la centralità e la stabilità, e poi simboli, sia universali che individuali, raffigurazione ordinata e bilanciata attorno a un centro, punto di partenza e di arrivo, forma che può essere grafica, cromatica, architettonica, narrativa, coreografica... una delle più antiche e misteriose strutture di tutti i tempi, presente presso tutte le culture.

Il mandala è uno psicogramma, cioè un disegno che esprime la psiche così come essa è nella situazione attuale, per cui è strumento diagnostico, meta e matrice. Allo stesso tempo esso è un cosmogramma, perché manifesta l'energia superiore che muove ogni dinamica della vita.

Jung disegna il suo primo mandala nel 1916, a 41 anni, usando la forma più semplice (un cerchio col centro); ogni mattina studia la simmetria o meno del disegno che fa su una pagina di taccuino come indicatore del suo equilibrio psichico; quando è in preda a emozioni, il cerchio risulta alterato; se è in armonia con se stesso, è armonioso. Quanto più c'è equilibrio e bellezza, tanto più la psiche sta bene e si manifesta bene. Il mandala è una raffigurazione elementare, una monade, che indica una tappa positiva sul cammino dell'integrazione, verso la totalità.

Un cerchio con un punto in mezzo su un cartoncino bianco rappresenta la forma più semplice del mandala, buono da fissare per entrare in meditazione. Il centro focalizza l'attenzione, pacifica e mette ordine.

I mandala compaiono in tutte le religioni perché da sempre il cerchio è simbolo di Dio e dell'infinito. *Nella mitologia egizia il cerchio è il simbolo del cosmo, mentre nelle tradizioni asiatiche, africane o europee è l'espressione della creazione.* Simbolicamente il cerchio è collegato all'infinito, a qualcosa che esisterà per sempre. L'immagine dell'uroboro, il serpente che si mangia la coda, esprime questo concetto di continuità, di ciclo di vita che si perpetua, di continuo cambiamento.

L'immagine organizzata attorno ad un punto centrale è una struttura profondamente radicata nell'inconscio dell'uomo, è la forza centrifuga che spinge il bambino alla sperimentazione nel mondo esterno e la forza centripeta che riporta l'adulto all'introspezione nel mondo interno. I disegni dei bambini dai tre ai cinque anni contengono forme mandaliche qualunque sia la loro provenienza culturale (soli, visi, lune, croci all'interno di cerchi ecc.). Il mandala evoca l'idea di un rituale, procedimento usato per conseguire un risultato d'anima.

Jung studia i mandala per 20 anni, li scopre in ogni cultura, negli arcaici popoli dell'Africa, negli aborigeni australiani, nelle tribù dei nativi americani, nelle visioni dei mistici medievali, nelle formule degli alchimisti rinascimentali, nei disegni dei saggi cinesi o dei monaci tibetani, nelle allucinazioni dei malati di mente, nei sogni straordinari...

"Fratello Klaus rappresenta Dio con tre cerchi che corrispondono alle ruote solari dell'epoca del bronzo o ai disegni rupestri rhodesiani che appartengono al paleolitico. Li troviamo nel Messico, nel Tibet, in Cina. I mandala cristiani si richiamano probabilmente a Sant'Agostino e alla sua spiegazione di Dio mediante un cerchio".

Il cerchio appare nei mandala del primo medioevo cristiano, come rosa, labirinto o recipiente rotondo, lo ritroviamo nei rosoni delle cattedrali o nei mosaici del pavimento e anche nel fonte battesimale, nelle cupole o nelle vetrate. Il cerchio è sempre stato una figura magica di contenimento e rigenerazione, uno strumento terapeutico.

"Gli indiani Pueblo del Nuovo Messico, quando qualcuno è malato, tracciano con la sabbia colorata un mandala con quattro porte. Nel centro costruiscono la capanna del sudore o della medicina, dove il malato aspetterà la cura. Sul pavimento della capanna viene dipinto un altro cerchio magico, in mezzo a cui si pone un bacile di acqua curativa".

Nel lamaismo tibetano il mandala è a base quadrata con 4 porte, mentre la ruota dell'universo (*sidpe-korlo*) è triangolare. In genere al centro c'è una figura religiosa, il Buddha, Shiva o il *dorje*, simbolo di concentrazione di tutte le energie. Nel tantrismo e nel lamaismo il mandala favorisce la concentrazione, unifica la psiche, correla l'anima dell'uomo con l'anima del mondo. Nel simbolismo cristiano le 4 porte sono sostituite dai 4 bracci della croce.

Il mandala può apparire spontaneamente nei sogni e nelle visioni sia nella fase alta dei mistici come nei momenti critici dei malati di mente, nel primo caso è l'espressione di un equilibrio raggiunto, nel secondo caso un aiuto a raggiungere un equilibrio, per esempio negli stati di disorientamento, nella dissociazione psichica, nei bambini con genitori in crisi, negli adulti

nevrotici, negli schizofrenici... L'ordine formale compensa il disordine psichico, creando un punto centrale attorno a cui si dispone la struttura che si riverbera nell'interno. Il simbolo si manifesta come fosse l'intuizione di qualcosa che esiste in sé.

Nel mondo tibetano il mandala è il 'Castello d'oro', (disegnato, immaginato, sognato, visualizzato...), che rispetta il principio del quattro. Jung si trova a disegnare un mandala come un castello d'oro, raffigurazione del Sé regale. Non ne comprende il significato, ma gli giunge un aiuto esterno, segno del giusto cammino, un aiuto sincronico, siamo nel '28 ed egli riceve la lettera dall'amico Richard Wilhelm, un missionario protestante che ha vissuto 30 anni in Cina e ha studiato le grandi filosofie cinesi, che gli manda il manoscritto di un trattato di alchimia taoista "Il segreto del fiore d'oro", un millenario testo cinese dove il castello, o fiore d'oro, indica il corpo immortale, l'anima superiore. Jung trova bellissimo il testo e vi trova conferma della sincronicità. Se la casa indica la psiche, il castello è la nobilitazione della casa, e il castello d'oro è l'anima che diventa spirito, simbolo dell'essenza immortale che il mistico costruisce partendo dal suo corpo, l'atto finale della trasformazione delle energie [2], il compimento supremo. [3]

Partito dall'intuizione del dualismo universale, cercando di conciliare le ambivalenze psichiche, la psiche avanza superando la propria egoicità, attingendo alle risorse infinite dell'inconscio collettivo, riscoprendo progressivamente i legami con gli altri uomini, i tempi e gli spazi, la Natura e il Tutto, allargandosi progressivamente attraverso stati modificati di coscienza, fino a esplorare mondi paralleli, finché "si arriva al punto in cui inizio e fine coincidono. Il viaggiatore vede che ciò a cui tende è il luogo da cui è partito. Egli sta ritornando a casa perché tutto tende al centro. La meta del viaggio è la centralità ritrovata". Ed è allora che Jung fa 'il sogno di Liverpool', in cui l'inconscio gli mostra la struttura del Sé in forma mandalica: *"Il sogno arrivò come un atto di grazia... Inverno, pioggia fuliginosa, impermeabili, città sporca, sono a Liverpool. Passeggio per strade buie nella foschia, salendo verso una città alta, come fosse Basilea, per 'la via dei morti'."*

Il paesaggio manifesta lo stato d'animo, dunque in questo momento Jung sente un freddo interiore; pioggia e oscurità indicano che la sua energia confusa e poco chiara. Ci sono due nomi indicativi, Liverpool, pool of life, che vuol dire 'stagno del fegato', cioè fegato ristagnante; il fegato indica la vitalità, il che vuol dire che l'energia ristagna. Gli antichi ritenevano il fegato sorgente di vita e di anima e c'è un passo di Jung in cui egli dice *"forse i sogni vengono dal fegato"*. Gli auguri etruschi come i maghi babilonesi usavano il fegato come organo di consultazione per le predizioni.

Basilea invece riprende il termine greco *basileus*, che vuol dire Re, regale, cioè luogo alto del nostro cammino. Salire in alto indica un processo di ascesa malgrado le difficoltà. La *'via dei morti'* allude a contenuti nascosti, che stanno fuori dalla coscienza, non elaborati, che hanno a che fare con l'al di là, ovvero il Grande Ignoto.

Il viaggio verso la città alta equivale al viaggio verso il Sé. Il centro è la meta, ognuno ha in sé la propria meta e tutto si dirige verso il centro.

“In alto c'è una larga piazza con lampioni, ad essa confluiscono varie strade. In mezzo alla piazza c'è un laghetto rotondo, nel cui centro c'è un'isola. “ Dunque il luogo stesso è un mandala, connesso alla luce e alla serenità. Le strade che confluiscono alla piazza indicano le molte energie psichiche che confluiscono al centro della psiche. Questo movimento verso il centro rappresenta il richiamo del Sé.

“Mentre tutto attorno è tenebra e pioggia, l'isola è piena di sole, con un grande albero di magnolia al centro con germogli rossicci, come una sorgente di luce.” Cioè: per quanto io possa essere temporaneamente immerso in difficoltà, so che esiste in me un luogo di totale calma e bellezza.

Abbiamo, nel sogno, anche le fasi dell'Opera Alchemica, che indica il procedere della ricerca psichica dal caos all'ordine. La fase nera è la notte piovosa, la fase rossa sta nei germogli rossicci che indicano il fremere di vita nuova. La fase bianca sarà il fiore della magnolia, e quella aurea la luce irradiata dall'isola.

“ Solo io vedo l'albero in fiore, gli Svizzeri che sono con me non lo vedono.” L'intuizione del cuore vede l'albero in fiore, ma non gli Svizzeri che sono il solido buon senso ordinario della mente comune. *“Vedo anche dall'alto i vari quartieri della città, essi sono disposti in modo che ognuno ha al centro una piazza e un lampione (dunque ogni uomo ha il suo Sé)”*. La visione da personale diventa universale, il movimento che porta l'anima alla sua completezza appartiene a tutti.

Jung dipinge il sogno e questa è una cosa importante perché rafforza la sua energia elaborandola. Questa è un'altra cosa che Jung fa fare ai suoi pazienti: dipingere un sogno. Gli analisti junghiani fanno fare poesie o racconti o drammatizzazioni sui sogni. Si elabora l'energia dei sogni, ovvero dell'inconscio, mediante l'arte, vi sono tanti modi per elaborare l'energia inconscia, aumentando la sua efficacia.

Il sogno esprime una visione spirituale: ogni uomo è un mandala e tutta l'umanità si esprime come un cerchio di mandala. Dunque, nell'oscurità piovosa e nebbiosa della vita cosciente [4], l'inconscio rivela il senso profondo che dirige, come una luce centrale, la vita di ognuno verso la propria fioritura interiore, l'albero illuminato, anche se i pragmatici e gli empirici (i pratici Svizzeri simbolo della psiche terrena e materialista) possono trascurarlo.

Il Sé è il principio e l'archetipo dell'orientamento e del significato della vita, sorgente risanatrice che può fiorire dentro di noi e guidarci. Il sogno mostra a Jung il suo mito personale, la meta del suo esistere, il suo senso segreto. L'albero di magnolia colmo di fiori rossi rappresenta il culmine di tutto il processo di individuazione.

Il Sé è *“archetipo di orientamento e significato”*, è il centro della personalità, e ha una funzione direttiva e guaritrice.

Nei sogni mandalici appare uno spazio limitato (teatro, piazza, isola, centro della città, fortezza, castello, arena, anfiteatro, scena teatrale). Vi troviamo simboli come il piccolo fiore d'oro, il serpente che gira attorno al sognatore, la fontana d'acqua viva. Per esempio: *“Il sognatore rischia il salto nel buio ma scopre sotto di sé un bel giardino dal disegno regolare con al centro una fontana*

zampillante.” Il giardino con la fonte o il chiostro francescano col pozzo è il battistero cristiano, il cortile della moschea col bagno rituale. La fonte è vita, forza vitale che si rinnova, acqua che è anche fuoco ovvero passione, acqua speciale, acqua permanente: *“Aqua nostra est ignis”*. *“Chi è vicino a me, è vicino al fuoco”* dice l'alchimista [5]. La fonte zampilla, il fuoco sale verso l'alto, la forza sale dal mondo degli istinti e senza di essa non può crearsi alcun Sé. E la preghiera diventa: *“Dammi ciò che mi spetta, Dio, affinché io Ti aiuti”* [6].

‘Il fiore d'oro’ apre a Jung le porte dell'alchimia cinese. In seguito egli raccoglierà un numero grandissimo di testi di alchimia occidentali e orientali in cui troverà conferme di simboli e strutture. L'intuizione cinese del TAO, come energia suprema dell'universo, mostra la necessità insieme del principio maschile del mondo e di quello femminile, Yin e Yang, che si muovono incessantemente uno verso l'altro formando il continuo fluire della vita, solo in tal modo *“l'avventura umana ha una direzione”* [7]. La crescita è sempre crescita attorno a un centro. Il centro è il progetto invisibile che guida l'intera vita. Se tutto è movimento, ogni movimento però ha la propria direzione. Il Sé indica la direzione del movimento dell'energia che forma l'uomo. Il Sé la meta della vita.

Nel libro ‘Coscienza, inconscio e individuazione’ (è il 1939, Jung ha 64 anni) raccoglie una serie di mandala disegnati da una paziente e sono indicativi del suo processo psichico. Il libro riporta le 24 tavole iniziali perché sempre la fase iniziale di un processo è la più importante. I disegni mostrano la sua evoluzione, quello che avviene quando la parte conscia è alimentata dall'inconscio, nella ricerca di un equilibrio migliore, e con l'aiuto di simboli attivatori.

Attraverso una lunghissima serie di disegni, per dieci anni, la paziente cessa di fare del suo vivere uno smarrito errare tra piacere e dolore e comincia a passare da squilibrio a armonia, da conflitto a ordine, da inconscio a coscienza. I disegni aiutano l'inconscio a rivelarsi e non si tratta dell'inconscio residuale e rimosso di Freud bensì un infinito oceano di energia, come potenzialità non attuata, l'inconscio collettivo junghiano.

Per Jung la realtà psichica è individuale solo alla superficie, ma nel profondo essa contiene energie che si sono accumulate nei tempi immensi del cosmo e i cui indicatori passano di vita in vita, come forme costanti della psiche umana. Camminare sulle antiche vie significa tornare all'orizzonte più vasto entro cui si situa il nostro destino e avviarne le implicite conseguenze.

L'arte è uno degli strumenti per stimolare la via della rinascita. Il processo di individuazione spinge il cammino progressivo attraverso la funzione trascendentale del simbolo. Jung incoraggia la paziente a disegnare spontaneamente, anche se non ha mai disegnato prima, perché è convinto che l'inconscio si esprimerà naturalmente e la guiderà nella crescita d'anima. L'arte diventa modo terapeutico, rito esterno che nello stesso tempo esprime e rigenera ciò che è interno. Il rito è un attivatore nel mondo visibile che attiva processi nel mondo invisibile [8]. Il rito è formato da parti visibili e parti non visibili, resta comunque un modo apparentemente esterno (strumenti, oggetti, parole, passi o atti) che dà luogo a un moto energetico. Può avere

un riscontro visibile e richiedere immagini fisiche o mentali. Le immagini sono forme attivanti che passano dallo sguardo, ma la loro valenza è più sottile. Noi siamo esseri essenzialmente visivi e le immagini sono grandi convogliatori della nostra energia conscia e inconscia. Nello stato d'animo giusto le immagini non sono create dalla fantasia ma generate dall'inconscio. Dice Jung: *"Le immagini saranno creazioni genuine dell'inconscio"*. Del resto le immagini sono movimento esattamente come le cose percepite e generano moti di energia. Da questo punto di vista lavorare con le immagini equivale a lavorare con le cose o gli atti. L'uso delle immagini può essere un forte ausilio per ritrovare il proprio equilibrio e dar luogo a veri processi di reintegrazione psichica autoindotti.

Jung dunque consiglia la paziente a non aver paura di disegnare quello che viene, saranno elementi fantastici con colori anche molto vivaci, perché la forza dei colori attira l'inconscio [9]. Attraverso l'arte abbiamo *"manifestazioni spontanee di una psiche non controllata dalla coscienza, ma libera di esprimersi"*. Liberare le forze interiori significa per Jung liberare forze autonome di guarigione. Come l'acqua per la forza di gravità, lasciata libera di scorrere, andrà verso il basso e si aprirà la sua via, così la psiche inconscia, lasciata libera di esprimersi, andrà verso l'alto seguendo la via del Sé. Nella simbolica del Tao l'energia viene spesso raffigurata come acqua, stagnante o libera o impedita... Il bambino libererà l'energia giocando o esplorando un ambiente preparato, l'adulto può sperimentare le vie del gioco, del fare o del creare, espressioni corporee o artistiche o relazionali, che saranno sempre pervase da simboli unificanti. Il corpo stesso con le sue posture e reazioni diventa un simbolo da interpretare.

La paziente di Jung guarita coi mandala ha 55 anni, è intelligente e colta, non sposata e senza figli. Ha usato molto la sua parte razionale, poco quella intuitiva, dovrà dunque integrarla. Ha avuto un complesso paterno positivo e uno materno negativo. Rinnegando la madre, ha rinnegato una parte di sé: le sue radici terrestri, l'elemento materno, la valenza femminile. A un certo punto sente di dover migliorare il rapporto con l'immagine materna e, poiché la madre è danese, vae a cercare le sue radici in Danimarca *"per riattivare il frammento d'infanzia legato alla madre"*. La madre simbolica diventa la terra e il paesaggio, e lei prova il desiderio di dipingere il paesaggio danese, come inconscia riappropriazione, attraverso l'arte, della terra materna. Comincia a fare degli ingenui acquerelli e ne prova molto piacere. Poi comincia la serie dei mandala. Jung interpreta le pitture come fossero sogni, usando il simbolismo onirico, soprattutto quello alchemico.

Il giorno prima dell'incontro con Jung dipinge un mare agitato (agitazione dell'inconscio) e una spiaggia oscura, cosparsa di rocce aguzze o a forma di uovo, in cui lei si vede conficcata per la metà inferiore (luogo degli istinti repressi, ovvero primi due chakra imprigionati), coi capelli scossi da un forte vento (tempesta mentale), disegna senza saperlo la sua parte materna o femminile prigioniera. La pietra fredda e pesante qui è simbolo della materialità, terra-madre-materia, parte da riprendere. Se si vuole procedere in pienezza, bisogna accettare tutta la nostra realtà, cioè LA nostra PIETRA

o base. Il Sé che in questo momento la chiama non è qui qualcosa di aereo o legato al cielo (uccelli o vento o sole) ma proprio la pietra fredda e pesante, che associamo alla materialità della Terra, la sua base materiale, istintuale. Cosa significa liberare l'istinto? *“L'istinto - dice Jung- non consiste nell'accoppiamento di due animali, ma nel far in modo che l'individuo diventi un tutto”*.

La scena è cupa, nera, fase nera dell'opera alchemica. Alchimia vuol dire lavoro sulle energie, qui l'energia è nera, caotica e imprigionata.

Nella tavola II, Jung arriva come uno stregone, tocca con una saetta la roccia, frantumandola e libera un uovo fecondato di rosso [10]. La seconda fase del processo alchemico è appunto l'opera al rosso, la liberazione delle pulsioni. La saetta è il lampo della vita improvviso e fulmineo, fuoco che vivifica. Anche nei disegni di un'altra paziente, depressa, lo stato iniziale è una sfera nera, e l'analisi una saetta che la penetra. *“L'inconscio produce le sue immagini subliminali... I processi di trasformazione.. sono già da lungo tempo preparati dall'inconscio e attendono solo di essere attivati.... L'uovo è un germe di vita, dotato di grande significato simbolico”*. L'uomo è l'inizio di vita nuova. La perfezione della vita nascente è rappresentata dal cerchio come forma perfetta.

La paziente intuisce che ha disegnato se stessa; il medico è un Ermete [11] sollecitatore di anime, guida dei sogni, e lei stessa è un io quadrato, collegato al 4, numero solido. Le pietre sono circolari, perché già gli antichi dicevano che l'anima è sferica [12], l'energia è come cerchio, i massi aguzzi hanno la punta chiara, elevazione. La saetta è analoga al serpente o verga [13] e rappresenta il mutamento inatteso, ciò che infrange il guscio protettivo, la scorza, la durezza della pietra. Il lampo come energia trasformativa colpisce il cuore, un cuore è quaternario come i bracci della croce. Nel mondo indiano il cuore saggio corrisponde al quarto chakra.

Notiamo nella prima e seconda tavola due uova che stanno per due amiche a cui la paziente è molto affezionata, i suoi tutori.

Nella tavola II abbiamo un pianeta in formazione (personalità, essere umano o microcosmo), una sfera turchina fluttua nello spazio, con un bordo rosso [14] e una fascia argentata, *“che tiene la sfera in equilibrio tra forze opposte e uguali”* (dice la paziente), su di essa è scritto il numero 12 (cifra mistica che indica la completezza di un ciclo), la fascia è pervasa da una vibrazione. Importante ciò che la paziente dice: *“E' come l'anello di Saturno. Le linee nere sono linee di forza... sono le ali di Mercurio, il messaggero degli dei. Mercurio o Ermes è la mente, l'Animus... è come un velo che occulta la vera personalità”*. *“La paziente dice che l'argento simboleggia l'Animus (mens o nous)”*. L'argento è il metallo lunare, femminile. In realtà abbiamo due serpenti, quello d'argento che fascia la sfera, e quello d'oro che vola nel cielo, doppia natura di Mercurio, materia e spirito, maschile e femminile, che nel mondo dell'energia diventano una cosa sola.

Ricordiamo che Mercurio è l'energia della comunicazione e della trasformazione, e in alchimia è un doppio serpente, il caduceo, come la duplice spira della Kundalini. Il mandala ci dà una immagine primordiale, l'uovo cosmico circondato da un serpente [15]. Il doppio Mercurio è lo spirito che si libra nel cielo e l'*anima mundi* avvolge il mondo come l'Atman delle Upanishad. La sfera è azzurra e rossa, a indicare istinti e affettività insieme a elevazione e spiritualità. E' a quel punto che la paziente ricorda due Grandi

Sogni, ha avuto il primo durante una grave operazione: *“Sfera terrestre color grigio (essere umano totale corporeo) ...una fascia argentata che roteava attorno all'equatore e, secondo la sua frequenza, formava zone alternate di rarefazione e condensazione... nelle ultime apparivano numeri dall'1 al 3, tendendo a 12 [16]. I numeri indicavano punti nodali in cui apparivano grandi personalità che avevano svolto una parte importante nello sviluppo del mondo”*.

La prima frase della Tavola di Smeraldo dice che microcosmo e macrocosmo si corrispondono e i sogni mostrano perfettamente questa corrispondenza. La paziente in narcosi esce dalla sua identità personale per identificarsi nell'essere del mondo. Le variazioni della sua energia singola diventano variazioni dell'energia cosmica che danno luogo a eventi storici, le grandi personalità. I numeri sono usati come cifre mistiche dal valore ideale. 12 è la cifra del ciclo completo, una grande cifra ordinatrice dell'universo, andare dall'1 al 12 significa evolvere dall'egocentricità alla totalità.

Storicamente anche le grandi personalità si situano in una scala dall'1 al 12, e così le fasi della vita dell'anima. Singolarmente il 12 rappresenta il Sé raggiunto, storicamente il 12 rappresenta la personalità più grande di tutte, ancora da venire, il punto massimo dell'evoluzione. La paziente era nata alla dodicesima ora e, a maggior ragione, il 12 significava un punto di rinascita del Sé, era la sua cifra simbolica. Ognuno di noi ha una cifra che compendia il significato del suo karma.

In questo disegno la luce è più chiara a indicare la presa di coscienza. Il 12 è un numero fortemente simbolico: se 3 è il cielo e 4 la terra, 12 è la loro unione o prodotto. Lo zodiaco è diviso in 12 parti e la dodicesima casa è quella dell'anima, dove leggiamo le prove karmiche, avere molti pianeti in dodicesima casa significa dover superare molte prove del destino. Jung studia astrologia e dice: *“L'attuale eone dei Pesci (l'era cristiana) sta per avvicinarsi al suo punto critico che è in pari tempo la dodicesima casa”*, ciò indica che l'era dei Pesci culminerà con un'era spirituale ma anche che il nostro tempo vedrà un addensarsi di tutte le prove che si sono costituite nei secoli precedenti.

Nel secondo Grande Sogno la paziente vede in cielo un serpente dorato che chiede in olocausto prima un giovane, poi lei stessa. Nella IV tavola appare solo la sfera, che ha formato una membrana esterna rosso rame e un nucleo interno, il serpente nero e oscuro (energia cosmica ctonia) feconda la vagina a forma di pianta; la testa del serpente porta due ali dorate ed è circondato da un alone dorato, segno del suo essere numinoso. La sfera violetta dell'ovario indica la fusione delle due nature, rossa e azzurra. Nella tavola V la fecondazione è avvenuta, sfera e serpente si sono separati, e nella sfera si sono prodotte 4 spirali, vortici verso sinistra indicanti il movimento verso l'inconscio, mentre il moto a destra volge verso la coscienza [17]. Jung dice di non capire perché i vortici siano antiorari. La paziente interpreta il serpente in modo negativo, è l'Ombra o l'ignoto o il diavolo, ma anche questo aspetto dell'energia deve essere integrato e ciò accade nella tavola VI dove il nero è penetrato nell'interno sotto forma di ali protettive. Qui i colori sono molto vivaci; il verso della svastica è orario (la foto è rovesciata), moto verso la coscienza, la croce forma onde o elementi vegetali. Si tenta di unire gli opposti (rosso e azzurro). Si può pensare a una

pianta a la paziente aveva sognato che un albero molto forte cresceva nel suo studio. L'albero simboleggia la crescita spirituale, l'albero filosofico connesso al processo di individuazione.

Le 4 spirali sono per Jung le 4 funzioni psichiche: pensiero, intuizione, sentimento, sensazione, dunque danno il differenziarsi della coscienza. Il 4 è numero archetipo che appare frequentemente nei miti cosmogonici (i figli del dio, i 4 venti, i 4 punti cardinali ecc.). Il colore è verde-acqua, simbolo dell'inconscio; al centro è il cuore verde.

Jung interpreta le tavole con l'aiuto della Bibbia, del Tao, degli alchimisti occidentali e cinesi, dei neo-platonici... Intraprenderà lo studio dell'alchimia in questo sforzo interpretativo, accrescendo la sua prodigiosa cultura non per uno sforzo di erudizione, ma seguendo la via della *Bewusstwerdung* = la via del diventare coscienti, l'illuminazione progressiva della coscienza.

L'individuazione è il processo che porta all'individuo completo, alla totalità, all'unità piena, alla possibilità liberata. In questo cammino l'universo diventa il cerchio, ma l'io ne resta il centro, origine e meta. L'evoluzione si manifesta come spirale in uscita o in entrata, due dinamiche dell'energia che in realtà sono una sola. L'uomo si apre verso il mondo, il mondo si rispecchia nell'uomo.

“Coscienza e inconscio non producono come sintesi un tutto, se l'una è repressa e danneggiato dall'altro e viceversa. Se devono combattere tra loro, che sia almeno una battaglia leale con eguali diritti per entrambe le parti. L'una e l'altro sono aspetti della vita. La coscienza dovrebbe difendere la sua ragione e le sue possibilità di autodifesa; ma anche alla vita caotica dell'inconscio dovrebbe essere permesso di seguire la sua strada, nei limiti in cui ciò sia per noi tollerabile. Con ciò si avrebbe simultaneamente una battaglia leale e una collaborazione sincera. Così dovrebbe svolgersi la vita umana, secondo il vecchio gioco dell'incudine e il martello; tra l'una e l'altro il ferro battuto è saldato in un'unità indistruttibile, in un 'individuo'. Questo è il processo di individuazione.”

Nei disegni della paziente che guarì la propria inquietudine attraverso una serie di mandala, coscienza e inconscio comunicavano e si integravano. Ora però, mentre la coscienza ha un suo centro, l'inconscio è un produttore tumultuoso di contenuti non sistematici e contraddittori, che possono coalizzarsi attorno a dei centri provvisori, costituendo delle sub-personalità. I filosofi hanno parlato di questi contenuti dell'inconscio come di forze spersonalizzate [18]. Nell'inconscio c'è tutto, anche elementi totalmente alieni che né l'analista né il soggetto possono comprendere. Siamo di fronte ad un campo ignoto della natura. I contenuti della nevrosi fanno ancora parte dell'io, quelli della psicosi no, e sono minacciosi e paralizzanti, possono sequestrare l'io, metterlo in balia di energie non centralizzate che lo trascinano nel caos e nel delirio. Anche la persona più sana, in condizioni particolari di stress, grande emozione, malattia, alcool o droga... può sentir emergere cose che non comprende e dire o fare ciò che non è nella sua natura cosciente. Il comportamento affettivo-emozionale può sfuggire alla volontà e al controllo. E anche dove razionalità e volontà impongono il loro ordine controllato, le emozioni possono irrompere con contenuti latenti mettendo in luce lati inquietanti della personalità...

Quando la vita arriva a un punto critico e ci sono difficoltà psichiche ad andare avanti, occorre fare un salto di qualità, allora l'inconscio aiuta con

sogni, immagini o simboli e si preannuncia una struttura di orientamento: il MANDALA, forma dell'equilibrio delle energie, che centralizza la psiche e le permette di ricreare un nuovo ordine. Dal centro l'energia scaturisce, al centro ritorna. Il mandala è un archetipo di integrazione, il suo centro non è l'io ma la personalità totale. Presente in ogni luogo e tempo, esso è un concetto numinoso e universale.

Nel libro di Jung sopra citato, i disegni della paziente sviluppano un orientamento mandalico, sono personali ma con un carattere universale, secondo la tendenza eterna insita nella psiche a esprimersi con simboli collettivi.

La vita è un continuo fluire attorno a un asse centrale; quando sopraggiungono fasi in cui si esprimono nuove pulsioni, il vecchio ordine diventa insufficiente; occorre allora aprire un ordine nuovo, ma ciò è doloroso o faticoso e viene contrastato da forze conservative, tuttavia, se vogliamo procedere, si deve abbattere le amate mura e mettersi a rischio, affinché il nuovo possa arrivare.

Il mutamento sarà facilitato dalla meditazione, la contemplazione, l'esercizio spirituale, il servizio sociale, il volontariato, l'arte, l'amore... fino alla destituzione del vecchio schema, come atto indispensabile e naturale. Le vecchie mura devono abbattersi affinché i nuovi edifici possano sorgere. Accettando la trasformazione, il futuro fluirà naturalmente come pulsione di totalità che emerge da sé medesima. Il processo è alchemico: come il materiale vile è depurato dalle scorie e libera la lucentezza dell'oro, così il Sé esce dall'intelligenza parziale delle cose per aprirsi all'intelligenza superiore ed universale dello Spirito.

Per Freud il fenomeno principale è il conscio, luogo della non contraddizione, l'inconscio è un epifenomeno, cioè un prodotto secondario (o scarto), che va domato. Per Jung la gerarchia è rovesciata, l'inconscio esprime ciò che vuole, anche contenuti contraddittori, anzi la massima intelligenza umana sta proprio nell'accettazione della necessità dei contrari, come parti di una totalità paradossale.

La paziente è incoraggiata a dipingere i suoi mandala e così manifesta a poco a poco la sua interezza; le immagini emergono spontaneamente dal profondo senza che essa ne conosca il significato, come in un atto onirico, sono un potente aiuto perché suggeriscono la via e insieme l'alimentano. I mandala indicano l'evoluzione ancora inconscia, anticipano futuri sviluppi, esprimono esperienze interiori per arrivare a una durevole crescita psichica, sono atti di trasformazione, alchimie.

Nel Mandala compaiono QUADRATI e CERCHI. Nel mondo antico le due figure sono connesse; un quadrato nel cerchio o un cerchio nel quadrato è il modo più antico per raffigurare Dio o il Sé, lo troviamo anche nella preistoria, è l'archetipo dell'ordine interiore e cosmico insieme. Le città antiche sono fondate secondo cerchio e quadrato. Plutarco parla della fondazione di Roma come di un cerchio tracciato da un aratro attorno a un punto e nello stesso tempo Roma è *'urbs quadrata'*. La città è un quadrato iscritto o circoscritto a un cerchio, così la città etrusca, che nasce attorno a un pozzo

(*mundus*). Il mandala del Buddhismo mahayana è un quadrato dentro un cerchio che contiene altri cerchi; ai lati stanno 4 T come porte a indicazione dei punti cardinali. Il monaco ha di fronte la sua anima come proiezione del mondo, il centro del mandala è da una parte il suo Sé, da cui sorge il monte Sumeru o Meru, centro sacro del mondo e del cuore. Il quadrato è il tempio o la casa, le pareti sono di pietre preziose, attorno è un muro di diamante. Ogni gemma ha il suo simbolismo sacro. Al centro sta il fiore di loto aperto a 8 foglie come una rosa dei venti; sul fiore il monaco vede se stesso in forma di Mahasuka (una delle apparizioni di Shiva) che abbraccia la controparte femminile. Il monaco è dunque l'intero tempio, con 4 teste e 8 braccia; meditando su questa immagine, diviene cosciente della propria essenza e si identifica col mondo. Lo psicogramma si fa cosmogramma. Le 4 teste sono i 4 elementi (aria acqua terra e fuoco) e i 4 sentimenti infiniti che nascono in lui per giungere al Nirvana, o stato di identificazione col Tutto. Dalla testa di Mahasuka partono 4 raggi (azzurro, verde, rosso e giallo), cioè la pietà universale del fedele parte dal suo cuore verso i 4 punti cardinali e ricostituisce l'universo.

Il mandala viene costruito meticolosamente dai monaci con sabbie colorate in molte settimane e poi distrutto di colpo in pochi secondi, a significare l'impermanenza della realtà terrena. Il rito crea il mondo ma ne mostra anche il lato effimero e fluente.

Jung vede che l'uomo visualizza mandala in modo spontaneo, quando in lui matura un grande mutamento e la sua struttura psichica si riorganizza, cioè si crea un nuovo mondo. Non l'uomo crea il mandala ma esso sorge nell'anima da sempre, come *"una specie di atomo nucleare spontaneo di cui ignoriamo la struttura più intima e l'intimo significato"* [19]. *"Cose di questo genere non si inventano, esse devono riaffiorare sempre dalle oscure profondità dell'oblio, per esprimere gli estremi barlumi della coscienza e le più alte intuizioni dello spirito, e fondere in questo modo l'unicità della coscienza del presente con il passato primordiale della vita"* [20].

La quadripartizione del mondo è una caratteristica costante, in Grecia come in India o in Arizona. QUATTRO sono le braccia della croce, i punti cardinali, i venti, le regioni del cielo e della terra, gli elementi fondamentali, i membri della famiglia primigenia, i Vangeli... Il 4 rappresenta la terra, la stabilità, la concretezza. La quaternità è una qualità del Sé, della totalità; ogni passo verso la totalità si esprime con la sua apparizione. Il 4 è l'origine del tutto, non a caso il carbonio, che è la principale sostanza chimica dell'organismo biologico, ha valenza 4; e il diamante (si pensi alla via di diamante buddhista) è un cristallo di carbonio. Anche la vita dell'individuo si sviluppa seguendo una specie di mandala, dall'unione della cellula maschile e femminile si formano 4 cellule e da qui l'intera vita.

Nella storia, nel rito e nel mito il 4 si trova spesso unito al 3 e così nelle fondazioni delle città (4 torri, 3 templi ecc.). In genere 3 è l'elemento maschile e 4 quello femminile. Frequenti sono nel mondo antico le divinità che si presentano a gruppi di tre. Ovunque appaiono atomi psichici nucleari, di cui ignoriamo la genesi e il numero ne è l'indicatore, la cifra mistica. Il numero racchiude il mondo, come diceva Pitagora, il che non vuol dire che esso è misura delle cose, ma che esso è intuizione delle essenze.

Ogni popolo tratta l'assoluto con proprie forme, a volte simili, a volte speculari. Le forme simili parlano, non chiamate, nei sogni, là dove il linguaggio analogico riprende la propria intuizione del mondo. I numeri che vi appaiono riguardano un'altra prospettiva del reale, simbolica e profonda.

Questo è un sogno bellissimo di una paziente di Jung, legata ai numeri SETTE e QUATTRO: *"Salivo una montagna, giunsi a un luogo dove vidi 7 pietre rosse di fronte a me, 7 a ciascun lato, 7 dietro. Ero al centro di un quadrato. Le pietre erano piatte come gradini. Cercai di sollevarle ed erano i piedistalli di 4 statue di dei sepolte nella terra a testa in giù. Le scavai e le rizzai così che ero in mezzo a loro. All'improvviso esse si chinarono fino a toccarsi con le teste in modo da formare una tenda sopra di me. Io caddi a terra e dissi: "Cadete su di me, se dovete. Sono stanca". Allora vidi che fuori, attorno ai 4 dei, si era formato un cerchio di fiamme. Dopo qualche tempo mi alzai e rovesciai le statue degli dei. Dove caddero per terra nacquero 4 alberi. Poi nel cerchio di fuoco sprizzarono fiamme azzurre che cominciarono a bruciare le fronde degli alberi. Allora dissi: "Bisogna finirla, bisogna che mi getti nel fuoco per impedire che le fronde brucino". Poi entrai nel fuoco, gli alberi scomparvero e il cerchio di fuoco si restrinse in un'unica grande fiamma azzurra che mi sollevò da terra".*

La psiche è raffigurata come un mandala, il tempio è la montagna, luogo alto dove avviene il rito di trasformazione, l'energia passa dal rosso all'azzurro, vibrazione superiore; le 4 divinità sono 4 funzioni psichiche inconscie in cui la sognatrice si identifica e da cui poi si libera quando cominciano a soffocarla, per emergere in un finale di elevazione.

"Come l'albero a forma di spirale sorge coi suoi rami eterei attorno al suo centro/ Come il diamante cristallizza la luce attorno a un cuore invisibile/ Come la vita è progetto e raggio, cerchio e quadrato/ Come tutte le cose hanno un Sé/ in tal modo Dio ci conduce" (V).

Spesso compare al centro del mandala la rosa, la stella, il bambino d'oro, il fiore d'oro o azzurro, simbolo dell'anima, che segna il passaggio a una ristrutturazione più armonica della coscienza, sulla linea del Sé. Lo stesso appare nei sogni lucidi, quando l'immaginazione attiva è aperta dall'abbassamento del livello di coscienza e la psiche torna a uno stato primario. Nel mandala non si esprime l'Io ma il Sé; l'Io arriva dove arriva la coscienza, è solo una parte di ciò che siamo in consapevolezza, ma il Sé è la totalità psichica, la completezza anche là dove lo sguardo non arriva; il Sé è in gran parte inconscio e si esprime con immagini, figure, animali, piante, simboli astratti...

"Un bambino faceva sogni straordinari in cui vedeva solo figure geometriche."

"In stato febbrile da piccola vedevo la stanza riempirsi di bolle iridescenti, sfere di luce che oscillavano o salivano in alto. In qualche modo erano vive e silenziosamente mi guardavano" (V.)

Jung fu profondamente religioso, comunicava con la natura fuori e dentro di sé e si sentiva collegato ad ogni creatura o cosa esistente, ogni tempo o spazio passato o futuro, nel senso profondo dei mistici. Tuttavia non nominava quasi mai di Dio e ciò gli fu rimproverata sia da cattolici che da protestanti. Un giorno gli chiesero se credeva in Dio ed egli rispose: *"Io non credo, io so"*. Il padre non era mai riuscito a farlo aderire alla propria religione convenzionale, ma Jung cercò lo spirito sempre, come cercò sempre la propria anima, diceva che sentiva Dio come una presenza nella stanza. Non nominò mai il diavolo, anche se questa figura appare spesso nei sogni. Ecco un sogno che crea una grande emozione e viene ricordato dopo dieci anni:

“La sognatrice vede una sala in cui c’è una gran festa, ci sono molte persone di cui non conosce il volto. Tra esse un uomo che vede di spalle, quando si gira si accorge che è bellissimo, affascinante, che le piace moltissimo, ma è il diavolo. Per quanto sia bello, occorre sfuggirgli, allora tutte le persone della sala formano un cerchio correndo vorticosamente per proteggerla, e il diavolo sa che non può entrare in quel cerchio, allora sparge una polverina bianca, come se facesse una fattura. Il tetto della sala si apre e comincia a piovere una pioggia lenta che distrugge la polverina bianca e neutralizza il diavolo.” Troviamo alcuni dei simboli di cui abbiamo parlato. Il sogno esprime la lotta tra il bene e il male; che il diavolo sia affascinante è una vecchia storia. Ogni volta che sogniamo un teatro o una piazza o un anfiteatro o una festa, va in onda l’anima; l’anima si rappresenta a se stessa, dà spettacolo. La moltitudine di persone è l’insieme delle energie psichiche, ordinate o caotiche. Qui si coalizzano formando un cerchio magico, protettivo, contro le forze del male, il cerchio della vita contro le forze della morte. Aprire il tetto della casa significa aprire la mente al cielo. Il sogno dice che se le energie psichiche si coalizzano attorno a un centro, formando un sacro mandala, e se la persona si apre alle forze spirituali, il male sarà vinto e non potrà fare la sua fattura. In molti sogni ho trovato il male rappresentato da una polvere bianca, qualche volta questa è inebriante come una droga e promette l’esaudirsi di ogni desiderio, nel senso faustiano, ma è sempre polvere di morte. Nei peggiori momenti allucinatori il male invece mi è apparso come una fuliggine nera, una nube dissipata, inquietante e inquinante [21]. Si potrebbe dire che il sogno indichi il compito esistenziale della sognatrice: trovare il proprio centro, lottare contro il male dello spirito e aprirsi a forme di comunicazione superiore. Spesso nei sogni lo scopo del Sé si rivela in forma mitica; anche se non lo intendiamo, lo scopo lavora e ci guida; il lavoro verso il Sé è lungo ma Jung diceva: *“Sì, sui tempi lunghi sono molto ottimista”* [22].

[1] A coloro che restano aderenti all’esteriorità e seguono diete o discipline e fanno viaggi e corsi, senza però rivolgersi alla propria anima Jung dice: *“Per loro l’anima diventa quella Nazareth da cui non può nascere nulla di buono, per questo la si cerca ai 4 venti e quanto più è lontana e bizzarra tanto meglio è”*.

[2] Sognare una casa significa avere un diagramma della nostra psiche al momento del sogno. Uno dei test dati è ‘Scrivi una poesia con questo titolo: “Se fossi una casa”. Bruna ha scritto: *“Se fossi una casa \ via i muri e via il tetto \ vorrei essere libera di spostarmi \ in spazi aperti e ampi \ Ecco un grande albero \ i suoi rami i muri e le sue foglie il tetto \ Alle mie spalle un’oasi verde \ con una cascata d’acqua dove \ si può vedere l’arcobaleno e \ lungo il fiume tanta gente \ che ride e canta e vive \ del proprio lavoro. \ Davanti a me una distesa immensa \ dove potrei vedere il sorgere del giorno \ e il tramonto, il finire del giorno \ E il mio sguardo si stenderebbe \ all’infinito, e forse potrei sentire \ la potenza e la bellezza del pensiero di Dio.”*

[3] Nei sogni capita spesso di andare nel centro della città o nella capitale dello stato. Se sogno di andare nel centro della mia città, ciò indica un centro domestico che riguarda la mia vita quotidiana o famigliare. Se sogno di andare nel centro del mio stato, per es. a Roma, qui siamo a un livello più alto e spirituale. Molti sognano di andare a Parigi, qui abbiamo una delle grandi capitali europee che è una capitale del nord, Parigi è un centro esoterico, indice di una ricerca più sofisticata. Il nord nei sogni è la parte dietro della casa, cioè la zona ignota dietro la coscienza, un invisibile superiore che riguarda l’al di là o il luogo dei morti, ovvero delle energie non riconosciute. Se invece sogniamo di andare in America, o a New York = nuova città, ciò significa il Nuovo Mondo, si sta per intraprendere un

grande cambio esistenziale, un mutamento di vita. Sogneremo invece l’Africa o luoghi caldi consimili se le nostre passioni chiedono di essere riscaldate e dobbiamo riattivare il luogo degli istinti.

[4] Vedete Dante che ‘si smarrisce in una selva oscura’.

[5] ‘Rosarium’.

[6] ‘Artis aurifera’.

[7] Da ‘Il