

I Conferenza Internazionale di Psicoanalisi JHAPA

I Sentieri Dell'Anima: Psicoanalisi e Religioni

Firenze - 16 & 17 Settembre 2016

Il Tempo Giusto Per Restituire la Voce All'Anima

E Darle Ascolto©

Nerina M. Cecchin, MS, PhD

ncecchin@hotmail.com

Il Tempo Giusto Per Restituire La Voce All'Anima
E Darle Ascolto

L'anima deve prendere lo spunto dalle reliquie che i nostri scienziati hanno raccolto così meravigliosamente, e dallo spunto sviluppare un nuovo pronunziamento vivente. La scintilla proviene dalla saggezza morta, ma il fuoco contiene la vita. (D. H. Lawrence)

Durante gli ultimi decenni, la consapevolezza umana è considerevolmente aumentata riguardo ad un generale senso di malessere che sta coinvolgendo tutte le forme di vita sul pianeta, incluso anche la Terra stessa per l'inquinamento e riscaldamento del globo. L'uomo moderno è sempre più affaccendato, ed il principale sintomo della sua nevrosi è ben visibile nella sua assuefazione alla fretta e le mille cose varie, che servono a distrarlo dalla paura della morte, e non particolarmente la propria morte ma l'estinzione dell'umanità stessa. Tutti gli individui sono dominati da un'irriquietezza nevrotica, lasciandosi incantare dal fascino dell'avere ed il fare e dando la priorità a valori ed ideali materiali, mentre viene trascurata la cura dell'essere ed il diventare, il mondo interiore dell'anima, e la vera realizzazione del sé. La ragione e la facoltà del pensiero hanno preso il sopravvento, con la mente che domina la nostra società moderna come fosse un dio. Gli individui vivono distaccati dai loro istinti ed affetti e separati dalla loro natura, optando di esistere in uno stato di dissociazione in cui la mente ed il corpo sono divisi. L'anima che è il legame, il *vinculum*, o l'anello mancante tra la mente ed il corpo è stata espulsa, esiliata, e relegata nei recessi più oscuri dell'inconscio, risultando nell'isolamento della mente e la malattia dell'anima. Il diniego del corpo, gli istinti, e l'affettività ha portato alla negazione del femminile ed un senso di disorientamento, sradicamento, e futilità, oltre all'assunzione di una posizione d'unilateralità che abbraccia esclusivamente principi patriarcali e la coscienza maschile, la coscienza solare di Apollo con la sua ombra schiacciante e tirannica. La posizione d'unilateralità assunta con il diniego della nostra natura, gli istinti, e il corpo emozionale è il fattore che sta alle radici della nostra irriquietezza nevrotica, che caratterizza le correnti tendenze sociali orientate da atteggiamenti e comportamenti ossessivi, compulsivi, e distruttivi e dirette esclusivamente al fare ed avere a detrimento dell'essere e diventare, che sono i requisiti essenziali per il processo d'individuazione. L'uomo delle masse concentra i propri sforzi principalmente sulle mire ed obiettivi orizzontali e materiali all'esclusione delle intenzioni ed ideali verticali e spirituali. La malattia dell'anima risulta dalla trascuratezza dell'uomo della sua spiritualità ed un'inesorabile e polarizzato conflitto interiore tra futili e razionalistici ideali (e.g., il materialismo) e la brama spirituale dell'anima,

che rimane irrealizzata nonostante sia perseguita disperatamente dall'individuo con l'intenzione di riempire il vuoto esistenziale ed alleviare la sete inesauribile provata dalla sua desiderosa anima.

Come esseri umani abbiamo bisogno dell'anima per poter stare in contatto con la nostra natura (Bernstein, 2005). La perdita di contatto e separazione dalla nostra natura e la Natura equivalgono all'alienazione dai nostri istinti e la disconnessione dal nostro cuore e la radice madre, le profondità dell'anima (Jung, 1934/1960, Vol. 8: 808). La disconnessione genera un senso di vuoto e futilità e risulta in severe conseguenze nella forma di disturbi psicologici, le malattie dell'anima, ed, in casi estremi, la perdita dell'anima. Come testimonianza della perdita dell'anima possiamo osservare nell'uomo moderno la preferenza per opinioni e giudizi razionalistici invece di pensieri psicologicamente corretti, che richiedono l'introversione, l'introspezione, e la riflessione curata—uno stile psichico caratteristico dell'anima, rassomigliante al movimento del labirinto. Avendo perduto l'anima, l'individuo prova la disconnessione dal regno del significato per la sua esitazione a guardarsi dentro e scoprire quello che veramente gli preme, lo ispira, e lo tocca profondamente, come l'amore, la bellezza, l'arte, la musica, la natura, i rapporti con gli altri, e così via. Si riconosce facilmente lo stato attuale di sprezzamento dell'anima, e non solo dal fatto che l'abbiamo perduta ma anche nel modo che usiamo la nostra lingua, poichè il concetto dell'anima, e specialmente la parola anima, vengono raramente menzionati sia nel discorso di tutto i giorni che nei settori psicologici, religiosi, e spirituali. Durante il secolo scorso, l'attenzione e la ricerca sono state dirette quasi esclusivamente alla mente ed il corpo, mentre l'anima è stata trascurata e messa in disparte, spinta nell'abisso, ripudiata e dimenticata. Basta guardarsi intorno ed osservare la situazione generale di caos nel mondo d'oggi per rendersi conto che il tempo è maturo per prestare attenzione all'anima perchè c'è un'urgente bisogno di trasformazione e rinnovamento. Diverse domande riguardo all'anima richiedono immediatamente la nostra riflessione ed una risposta: Cosa intendiamo quando ci riferiamo all'anima? Cosa abbiamo perduto nell'atto di dimenticare l'anima? Come può essersi perduta una cosa così preziosa? Siamo ancora in tempo per recuperare l'anima? Possiamo riunire la mente e l'anima e darle un caloroso benvenuto? Siamo pronti ad ascoltare quello che l'anima ha da dirci ed insegnarci nel suo ruolo di guida ed animatrice? Questo saggio aspira a rispondere a queste domande, oltre a tentare di riconnetterci con l'anima in modo da poterla recuperare, tramite una rassegna di concezioni filosofiche, religiose, e psicologiche sull'anima introdotte e presentate attraverso le epoche da diversi individui, tra cui il rinomato psicologo Carl Gustav Jung, che sono stati animati dalla sua impalpabile presenza.

Nonostante la sua presenza impalpabile ed invisibilità, l'anima è stata fortemente sentita ed

onorata dalle generazioni e civiltà del passato, ispirando, intimidendo, e provvedendo una guida per il genere umano. Per esempio, gli Egiziani credevano nell'aldilà ed erano al corrente del viaggio di Ba od anima in questo regno dopo la sua separazione dal corpo e lo spirito (Vigano, 2003). Secondo questa credenza, il Ba veniva accompagnato dal psicopompo, il dio Anubis, al locale della psicostasia o pesatura dell'anima nell'immenso salone giudiziario del dio Osiris. Durante il tragitto, il ruolo del dio Anubis era quello di accompagnatore e protettore dell'anima contro le creature malvagie (e.g., i serpenti, i mostri, gli animali giganti, e le ombre urlanti ed erranti) del fiume dell'inferno, il terrificante regno del mondo sotterraneo, mentre viaggiavano attraverso le sette porte ed i sette piloni per incontrarsi con Osiris e Maat, la dea della verità e la giustizia. Nel giudizio finale, l'anima confessava i suoi peccati mentre quaranta giudici l'ascoltavano in silenzio. La dea Maat stava seduta da un lato della bilancia, mentre il cuore dell'anima stava dal lato opposto, e nei casi in cui il peso dei peccati dell'anima superasse quello della bontà della dea, l'anima veniva punita e divorata dalla dea Ammit, la Divoratrice. Invece, l'equilibrio perfetto era mantenuto quando l'anima confessava la verità. Qualora l'anima venisse giudicata innocente e sincera dai giudici, le porte dell'eternità si spalancavano per lasciarla entrare nel regno dell'immortalità (Vigano, 2003).

Secondo Jung, nell'antico Egitto c'era una credenza che il Ba o l'anima fosse un'uccello, che è un simbolo archetipico che appare frequentemente nei sogni dell'uomo contemporaneo (Jung, 1934/1960, Vol. 8: 845; Jung, 1952/1956, Vol. 5: 315). Questa credenza non era ristretta esclusivamente all'antica spiritualità Egiziana, poichè altre tradizioni spirituali e religiose ancora oggi credono che l'anima sia simile ad un'uccello. Infatti, sembra che particolari uccelli alludono fortemente alla presenza dell'anima. Per esempio, nella tradizione indù, la comparsa dell'immagine del cigno sta a simboleggiare la presenza dell'anima o Hamsa. Anche nell'alchimia incontriamo l'uccello come rappresentante del psicopompo e dio Hermes, l'*avis Hermetic*, nella forma di cicogna, pelicano, picchio, tortora, e così via. Inoltre, nelle fiabe ed i miti, incontriamo frequentemente il simbolismo dell'uccello che allude all'anima. Dopo la punizione e la morte, non è insolito che un'eroe venga trasformato in un'uccello e che questo rappresenti l'anima. Per esempio, Circe, la sposa di Re Pico, uccise e magicamente trasformò suo marito in un picchio (Jung, 1952/1956, Vol. 5: 547). Spesso Pico è stato considerato identico a Picumnus, l'inseparabile compagno di Pilumnus, che sono due personificazioni degli *infantum dei*, le divinità dei bambini piccoli, e protettori dei neonati e bebè contro le forze ostili e malvagie. Si credeva che Picumnus e Pilumnus fossero anime e guardiani benevoli e servizievoli, che mette in rilievo le connessioni esistenti tra l'anima, l'uccello, e le funzioni di aiutante,

guida, e protettrice dell'anima-imago od anima.

Nell'antica civiltà Greca, come in quella Egiziana, la gente aveva delle credenze riguardo all'anima, che ci vennero tramandate da Platone. Secondo Platone, l'anima ha tre aspetti: l'appetito, la ragione, e la parte spirituale (Platone, 1992). L'appetito è la parte razionale dell'anima che spinge l'individuo a cercare il piacere, mentre la ragione è l'aspetto razionale e calcolatore, che controlla l'individuo nel senso d'inibire e rimandare le soddisfazioni dei suoi desideri e voglie. Questi due aspetti dell'anima sono sempre in conflitto a causa di due poderose forze contrarie che si muovono in direzione opposta. Nell'anima c'è un conflitto continuo perchè l'appetito spinge l'individuo a soddisfare i propri desideri e bisogni, mentre la ragione lo frena cercando di controllare gli istinti. Il terzo aspetto dell'anima, la parte spirituale, è la dimensione emozionale responsabile per le nostre reazioni alle situazioni, che ci fanno diventare consapevoli della presenza dello spirito tramite i nostri intensi affetti (e.g., l'odio, la rabbia, l'invidia, la gelosia, ed il risentimento). Platone fu ispirato dal filosofo Pitagora e adottò le sue credenze ed idee sull'anima come divinità caduta in basso, imprigionata nel corpo umano, ed esiliata dal proprio elemento divino (Armstrong, 1993). Inoltre, credeva che per poter recuperare la divinità dell'anima, l'individuo dovesse sottoporre la propria mente ad un processo di purificazione, specialmente la facoltà del ragionamento. Questo processo venne rappresentato da Platone nella "Parabola della Caverna," in cui parla del buio ed oscurità della vita dell'uomo che, confinato e limitato dai condizionamenti, percepisce sulle mure della caverna solamente i lati oscuri ed ombrosi dell'eterna realtà dell'anima (Platone, 1992). Da un punto di vista psicologico, questo significa che l'anima dell'ordinario individuo è legata alle cose materiali ed è costantemente ossessionata dai problemi della vita quotidiana. L'anima dell'individuo è condizionata dalle immagini che le vengono forzate addosso nelle prospettive distorte di altre persone nella collettività in posizioni di potere ed autorità (e.g., i genitori, i maestri, i sacerdoti, i politici, e così via). Con l'acquisizione di maggiore consapevolezza e coscienza del sè, l'anima viene estratta gradualmente dallo spazio confinante del corpo, raggiungendo così uno stato di liberazione ed illuminazione, mentre la mente s'abituava sempre più all'esposizione alla luce di divinità (Armstrong, 1993). Una volta sciolti i legami, l'anima è libera per scoprire le proprie verità, che erano lì fin dall'inizio ma fuori della sua portata, e di rinnegare i condizionamenti e prospettive distorte degli altri nella collettività. Queste nuove verità coltivate dall'anima potranno essere integrate con vecchie credenze in un processo graduale di assimilazione, che ha lo scopo di favorire l'adattamento dell'individuo ed il suo ritorno all'ordinaria vita quotidiana.

Platone (1989) c'informa che s'arriva alla purificazione della mente mettendo in pratica gli

insegnamenti e lezioni di Diotima, che sono intesi per lo sviluppo dell'amore della saggezza. Imparando ad amare un bellissimo corpo, molti bellissimi corpi, e poi bellissime forme, idee, e valori, l'amore viene trasformato gradualmente nell'ideale della bellezza tramite la contemplazione estatica. Inoltre Platone mette in risalto il fatto che le forme e verità divine sono realtà interiori—non realtà esterne—accessibili solamente mediante le profonde intuizioni dell'anima. Un'altro componente essenziale dell'anima è la coscienza dell'individuo, dove avviene una lotta continua tra altre due forze opposte, la bontà innata e le credenze e valori acquisiti con l'esperienza personale, le norme sociali, e l'ambiente culturale, che non sono necessariamente buoni (Platone, 1992). La trascuratezza di valori, come la moderazione, la giustizia, e la saggezza, ha un'effetto negativo sul corpo; perciò, atteggiamenti ingiusti, l'ignoranza, ed una vita di vizi ed assuefazione all'alcohol, gli stupefacenti, il denaro, il sesso, ed il cibo sono da considerarsi malsani e resultano nel declino fisico e psicologico e la malattia. Con la corruzione del corpo, anche l'anima è influenzata negativamente, provando uno stato di subbuglio, disperazione, e sofferenza. Inoltre, il senso e scopo nella vita sono perduti, perchè quella stessa cosa—l'anima—che dava il senso e scopo alla vita è danneggiata e ferita. La situazione creatasi richiederebbe un drastico cambiamento di visione e spostamento d'attenzione da un mondo basato sul fare e possedere ad uno che dà valore all'essere e diventare, dove si può avere un'incontro con il vero sè. Un cambiamento del genere comporta il sacrificio di un tipo di vita basato sulle distorsioni ed il vizio per un'altro che favorisce e facilita la virtuosità e riconnessione con la sorgente di divinità.

Questo sacrificio è equivalente ad un'eroico atto di coraggio, perchè l'individuo deve abbandonare un tipo di vita confortevole e familiare per abbracciare un modo di vivere che è sconosciuto e solitario, andando contro le convenzioni—le aspettative e norme sociali—con l'intenzione di moderare gli impulsi e le forze istintuali. Alla moderazione s'arriva mediante un'alleanza tra lo spirito e la forza di volontà della ragione, che serve la funzione di controllare gli appetiti e restaurare l'equilibrio. Simile agli istinti del genere umano necessari per la conservazione del sè e delle speci, che sono forze innate indispensabili per la crescita e la sopravvivenza, l'anima individuale possiede le proprie potenzialità e mezzi per sviluppare e provare il benessere, e la sua aspirazione è quella di possedere le virtù, la felicità, e la divinità. Vivendo una vita virtuosa e seguendo il cammino della saggezza, l'anima aspira ad unirsi con le sue divine ed eterne origini, che risulta nell'esperienza della vera bontà, l'amore, la bellezza, e la felicità (Platone, 1989). La virtù dell'intelletto è la saggezza, che rende l'anima simile alla natura divina di dio. Platone c'insegna che ciò che ci rende divini è la saggezza che s'ottiene imitando la divina natura di dio, non con il pensiero logico ma mediante uno

stato d'intuizione raggiunto con la pratica della contemplazione estatica (o *theoria*) delle verità filosofiche (Platone, 1989). Alla saggezza s'arriva praticando una forma di disciplina intuitiva, che porta all'estatica trascendenza del sé ed all'unità con l'essere divino ed eterno, ottenibile solamente con l'aiuto dell'anima, che è il *vinculum* tra la nostra natura umana e la divinità. Nell'atto stesso di amare la saggezza, ci liberiamo dai condizionamenti, le false apparenze, ed il caos, che ci tengono legati agli oggetti terreni, e ci ricongiungiamo con le verità dell'esistenza—le intuizioni che emergono dalle più profonde dinamiche dell'eterna realtà dell'anima (Platone, 1992).

In modo simile a Platone, Aristotele credeva che la verità si trovasse nell'interiorità dell'individuo, dando però più importanza al ragionamento logico che alla razionalità e l'intuizione. Aristotele adottò una prospettiva più umile, intellettuale mettendo in rilievo il fatto che l'uomo può arrivare alla verità solamente attraverso uno sforzo collettivo che include un'insieme di piccole contribuzioni di comprensione della verità di ciascun individuo. Mise pure in rilievo l'importanza della natura della mitologia e la religione, concludendo che l'iniziando deve sottoporsi ai riti dei misteri con lo scopo di purificarsi ed ottenere certe disposizioni. Era convinto che il dovere di ogni individuo fosse quello della purificazione dell'intelletto per poter essere simile a dio e ricongiungersi alla sua natura divina—l'anima. Con l'unione del corpo ed anima, l'uomo o donna diventa un microcosmo che rispecchia l'intero universo, contenendo così dentro di sé tutti gli attributi umani e divini, e l'immortalità è inclusa tra gli attributi dell'anima, perchè l'anima è simile all'eterna natura di dio. Secondo Aristotele, dio è l'Impassibile che muove, dando inizio a tutte le attività, la creazione, ed il movimento, e si può facilmente riconoscere che tutte le attività derivano da questa singola fonte (Armstrong, 1993). L'Impassibile che muove fa attivare il mondo intero, per cui tutti gli essere viventi provano l'attrazione per un ritorno alla semplice esistenza. Oltre ad avere sviluppato l'idea di un dio che è l'Impassibile e muove, Aristotele lo concepì come pensatore ed il pensiero, la fonte di origine divina ed immortalità a cui l'anima è irresistibilmente attratta ed attirata.

Origene mantenne una veduta Platonica riguardo a dio e l'anima che ha affinità con la prospettiva di Aristotele. Oltre a credere che l'anima è simile a dio, Origene era convinto che l'essere umano possiede una naturale disposizione che lo lega alla divina conoscenza (Armstrong, 1993). Adottò delle idee dai Gnostici e sviluppò un metodo simbolico per leggere la bibbia, che è una disciplina per risvegliare nell'umanità la memoria delle sue origini e la sorgente della sua divinità. Le sue idee e credenze avevano le radici nel mito della caduta, in cui l'anima si stancò di contemplare la saggezza e l'opera divina e precipitò dal regno di dio, cadendo nel corpo umano sulla terra. La riunione tra l'anima

e la sua divinità comporta un lungo ed arduo viaggio, che non finisce con la morte fisica ma invece continua con l'abbandono da parte dell'anima delle limitazioni del corpo per diventare puro spirito. Nel processo di deificazione, molte qualità dovranno essere abbandonate, anche il proprio sesso in modo da emulare dio, poichè la credenza parla di un dio senza sesso. L'imitatio Cristi è solo un'aspetto del lungo ed arduo viaggio e qualcosa da superare e trascendere per poter trovarsi di fronte a dio e riacquistare la divinità dell'anima (Armstrong, 1993). Come segno di fedeltà alle proprie credenze, Origene si castrò per seguire gli insegnamenti di Gesù, dimostrando come certe persone si sacrificano volentieri per diventare eunuchi e permettere alle loro anime di trascendere le condizioni umane ed ottenere il regno del cielo pur vivendo ancora sulla terra. Praticò pure la disciplina della theoria o contemplazione estatica come metodo per purificare la mente in modo da facilitare il ricongiungimento dell'anima con dio, la conoscenza divina, e la propria divinità.

Plotino fu molto influenzato dalla theoria ed il metodo disciplinato di contemplazione di Origene. Diversamente da Origene che mise in rilievo il processo logico, Plotino esortò l'umanità ad intraprendere il cammino spirituale (Armstrong, 1993). Avanzò gli insegnamenti di Origene sviluppando un metodo spirituale più evoluto con lo scopo di comprendere più profondamente l'anima, il sè, e l'Uno. La sua attenzione si diresse interiormente verso la psiche ed il sè, invece di rivolgersi verso il mondo esteriore, e s'astenne dal fornire spiegazioni sulle origini dell'universo e della vita. Sollevò pure delle obiezioni e critiche nei riguardi del cristianesimo, prediligendo la condensazione ed integrazione di otto secoli di speculazioni greche e prospettive filosofiche di Platone e Aristotele, che continuano ancora oggi ad influenzare notevolmente il nostro pensiero. Simile all'uomo moderno, il popolo greco dell'antichità provava un senso di malessere generale dovuto ad uno stato interiore di dissociazione e frammentazione, assieme al desiderio e pulsione di riunire i molteplici aspetti della psiche in un'essere umano ordinato, integrato, e completo. Plotino esortò i suoi discepoli a ritirarsi nelle profondità attraverso l'introspezione per intraprendere l'esplorazione del mondo interiore. Questa esplorazione, secondo Plotino, comporta una discesa nell'interiorità—una discesa nei recessi più profondi della psiche umana. Lui adottò lo stesso metodo di Platone ed Aristotele per compiere la discesa nel mondo interiore per incontrare l'anima, facendo uso della pratica della theoria o contemplazione estatica per sottoporsi alla purificazione ed ottenere un'effetto catartico. Ciò nonostante, il suo fine era diverso, nel senso che cercava l'implicita verità della realtà che sta oltre l'universo, il mondo dei sensi, e le limitazioni dell'intelletto umano. Le esplorazioni di Plotino comportavano un modo di vedere dentro il cuore della realtà stessa—la realtà originale, l'ultima realtà,

la semplicità stessa, o l'Uno (Armstrong, 1993).

Plotino credeva che la conoscenza dell'Uno fosse oltre i limiti della nostra capacità di comprensione umana, preferendo d'adottare la teoria delle emanazioni d'Aristotele per spiegare le origini dell'universo e la vita. Il creato lo concepì come derivato dall'Uno, che trascese se stesso nell'estasi, traboccando e creando le novità in uno stato esuberante di generosità ed estendendosi così ben oltre la propria originaria realtà. Plotino paragona l'Uno al punto centrale del cerchio, che contiene la potenzialità per tutti i futuri cerchi che verranno emanati, rassomigliante all'effetto d'increspatura dei cerchi concentrici che appaiono quando si lascia cadere un sassolino nell'acqua di un lago. Le prime due emanazioni che irradiano dal punto centrale sono divine. La mente è la prima emanazione ed include l'intuizione e la conoscenza, che è uno stato di perfezione simile al regno delle idee di Platone. La mente e l'anima (o psiche) sono intimamente legate alla divinità, poichè l'anima viene emanata dalla mente, che a sua volta viene emanata direttamente dal punto centrale—l'Uno. Qui, secondo Plotino, diventa chiaro che l'anima è meno perfetta della divinità, e che la conoscenza s'acquista procedendo con il ragionamento o l'argomento. Poichè l'esistenza fisica e spirituale viene emanata dall'anima (o psiche), la realtà come noi la conosciamo è “soulful” o sentimentale, dando un senso di coesione ed unità all'anima del mondo od anima mundi. La divinità circonda tutta l'esistenza che fa parte dell'anima mundi, e l'esistenza stessa dipende dalla partecipazione di tutti gli esseri viventi nell'assoluta esistenza dell'Unità. Inoltre, tutta la materia spirituale e le forme individuali procedono dall'anima mundi. A causa della sua vulnerabilità alla dissociazione e tendenze al conflitto e la molteplicità, l'anima aspira all'unità (o “Oneness” in inglese), che è ottenuta mediante la discesa nelle profondità interiori dove può ricongiungersi con il vero sè e la sua natura divina, la virtù della semplicità. Plotino scrive che l'esperienza culminante di divinità alla fine del cammino spirituale è l'estasi che prova l'anima quando arriva a comprendere l'Uno (Armstrong, 1993).

La credenza nell'anima e le sue incarnazioni era un'aspetto significativo del Mitraismo, la religione dedicata al dio Mitra, che onorava i valori patriarcali e la mascolinità, dimostrando poca tolleranza per il principio femminile e la donna (Neumann 1954; Ulansey, 1989). Questa religione si diffuse per circa 500 anni nell'Impero Romano, dai confini del Mar Nero fino alla Scozia, ed i credenti erano prevalentemente di sesso maschili. L'inizio della religione Mitraica coincise con la sorprendente scoperta fatta nel primo secolo C. E. da un gruppo di filosofi Stoici del duo movimento della terra, che include la rotazione quotidiana (e.g., il sole) e la precessione degli equinozi verso l'est (e.g., le sfere delle stelle fisse). La scoperta istigò l'ipotesi dell'esistenza di una nuova divinità, che venne chiamato

Mitra, con un'immenso potere superiore a quello di Helios e capace di muovere le strutture dell'intero universo. Mitra continuò ad essere associato ad Helios, il dio sole, che mette in rilievo il fatto che il dinamismo del dio Mitra è l'energia psichica, sinonima con l'immortalità, l'eternità, e lo stato di Unità, che mantiene l'uomo e la sua anima legati al flusso e continuità della vita. A Mitra venne dato l'appellativo di Cosmocrater o regnante cosmico, e si credeva che possedesse il potere di controllare le sfere cosmiche e che fosse più potente di Helios, perchè quest'ultimo gli s'inginocchiava davanti in prostrazione. Con la proclamazione di Mitra come Signore della Genesi ed incarnazione, si sviluppò una nuova concezione di vita dopo la morte—l'immortalità celestiale. I seguaci del Mitraismo credevano che, con l'incarnazione, l'anima scendesse sulla terra per la porta del nord nella costellazione del Cancro, il granchio, entrando nell'essere umano appena nato, e che, dopo la morte, l'anima abbandonasse il corpo e la terra salendo al regno divino, il paradiso celeste, per la porta del sud nella costellazione del Capricorno (Ulansey, 1989).

Secondo la credenza Mitriaca, il tragitto dell'anima attraverso le sfere del paradiso e la Via Lattea era rischioso e pericoloso, perciò venivano praticati dei riti dai credenti per propiziare i poteri astrali ed ottenere protezione per l'anima, e non solo durante la sua incarnazione ma anche nel viaggio di ritorno alle sue origini nelle stelle. Offerte venivano fatte a Mitra durante i riti perchè si credeva che il dio fosse capace di spostare l'intero cosmos e fare da guida all'anima durante il suo tragitto attraverso le sfere. Inoltre, nei riti, gli iniziandi Mitraici salivano una scala passando per sette porte, che rappresentava il viaggio per i sette pianeti ed i sette livelli iniziatici del Mitraismo. Una volta raggiunta la cima e superate le prove dei livelli inferiori, l'iniziando doveva passare per l'ottava porta per entrare nel firmamento celestiale. La settima porta era particolarmente importante perchè era fatta d'oro e si credeva rappresentasse Helios, che simboleggiava simultaneamente l'immagine del dio invisibile, il *deus absconditus*, e quella del dio sole (Helios), visibile a tutti come una statua di dio, con l'occhio e cuore appartenenti alla realtà del mondo dei sensi (Jung, 1952/1954, Vol. 5). L'amicizia che nasce tra un'essere divino ed un'altro semi-divino, come tra Mitra e Helios, non è altro che una riflessione di una realtà interiore: L'essere semi-divino può essere paragonato all'*altro*, la grande personalità, che matura dentro ognuno di noi—l'amico interiore della nostra anima, il Sè. Helios è colui che accompagna l'amico Mitra sulla biga nel tragitto oltre l'ottava porta verso le sfere delle stelle fisse. Così, anche l'iniziando Mitraico, come personificazione vivente sia dell'anima sia del sè nei riti viene trasportato sulla biga di Helios nel viaggio di ritorno alla propria sede nelle stelle.

Durante il Medioevo, le credenze del cristianesimo ebbero un'influenza considerevole, portando

drastici cambiamenti sia nel modo in cui l'uomo concepiva l'anima sia nel suo rapporto con la propria anima. Per lo scopo di questo saggio, le contribuzioni sull'anima di Sant'Agostino e San Bonaventura saranno considerate. I pensieri di Sant'Agostino riguardo all'anima si concentrarono sulle sue relazioni con un dio trascendente, mentre la sua teoria generale e speculazioni filosofiche erano focalizzate soprattutto sul rapporto dell'anima con il mondo fisico (Copleston, 1962). Il suo modo di pensare aveva le radici nella filosofia Platonica e le prospettive di Plotino, nel senso che Agostino considerava i numeri perfetti ed imperfetti come i principi di forma ed ordine, bellezza e perfezione, e proporzioni e leggi. Secondo Agostino, le idee corrispondono ai numeri eterni, mentre i corpi rappresentano i numeri intrinsecchi, spaziali, e temporali, che si schiudono e si rivelano gradualmente nel tempo (e.g., nei successivi cicli o fasi). Il corpo corrisponde ai numeri manifesti, visibile nella sua totalità e le parti connesse, mentre la ragione o le “determinanti ragioni” sono i numeri nascosti. Agostino notò un parallelo tra la gerarchia dei numeri e quello delle creature o gli esseri viventi ed assegnò la posizione di superiorità a dio o l'Uno per la sua capacità di creare e portare alla luce l'esistenza. Sebbene fosse fermamente convinto che l'anima è una creazione di dio, Agostino lottò a lungo con la domanda riguardo al modo e l'ora delle sue origini. Riconobbe il mito della caduta ed il peccato originale di Adamo ed Eva, ma non riuscì mai ad accettare l'idea di un dio capace di porre l'anima nel corpo come atto di punizione. Per risolvere questo dilemma, Agostino adottò la credenza della tradizione Traducianista, che asseriva che l'anima è trasmessa dai genitori ai figli, e concepì l'idea del peccato originale come macchia trasmessa insieme all'anima al momento della nascita dell'individuo.

La credenza nella trasmissione del peccato originale è legata al concetto del “privatio boni” introdotto da Agostino. Lui propose che ogni essere umano ha un corpo ed un'anima, mettendo in rilievo l'idea che “l'anima non costituisce due persone ma un'uomo” (Giovanni: 19, 5-15). Un'attività essenziale dell'anima è la funzione della sensazione, con il corpo servendo come strumento e provvedendo la sostanza necessaria all'anima per esistere nel suo diritto, anche se la sua esistenza è immateriale. Un rapporto bilaterale basato sulla percezione esiste tra l'anima ed il corpo. Per primo, l'anima ha la funzione d'animatrice del corpo, via una temporanea intensificazione della funzione della sensazione, che permette all'anima di percepire il corpo, e, secondo, l'anima percepisce il corpo ogni qualvolta avvengono dei cambiamenti fisici causati da influenze provenienti da stimoli esterni. Agostino mise in rilievo il fatto che l'anima non può avere un'impatto diretto sul corpo perchè è superiore e sconosciuta. Per spiegare l'immortalità dell'anima, che è legata alla sua immaterialità e irrealtà, adottò delle concezioni Platoniche, contendendo che l'anima è il principio della vita, partecipa

nella vita, e deriva la sua essenza e esistenza dal principio dell'Unità. L'anima dell'uomo è distinguibile da quella animale, perchè la prima possiede la capacità di conoscere, ragionare, e comprendere le idee eterne, oltre ad avere la funzione della sensazione che è l'unico attributo riconoscibile nell'ultima. Per Agostino, la capacità dell'anima di apprendere le verità eterne ed indistruttibili è l'attributo che rivela la sua immortalità ed indistruttibilità (Copleston, 1962).

Le concezioni di San Bonaventura sull'anima, che sono simili a varie idee proposte da Sant'Agostino, furono molto influenti durante il tredicesimo secolo. Anche Bonaventura adottò la prospettiva della tradizione Traducianista, nel senso che l'anima viene trasmessa attraverso le generazioni dai genitori ai figli (Copleston, 1962). Nell'estendere i pensieri d'Agostino, Bonaventura propose cautamente che, oltre al principio della sensazione, l'anima possiede il principio dell'intelletto, stando attento ad evitare una prospettiva dualistica riguardo all'anima nei suoi sforzi mirati a mantenere la sua unità. Per lui, l'anima prende la forma del corpo ed è presente nel corpo intero, e l'aspetto razionale dell'anima è l'essenza e l'azione del corpo. Bonaventura descrisse l'anima come una sostanza spirituale, composta di materia e forma spirituale. La semplicità è uno dei suoi attributi principali, che allude all'assenza di una sostanza quantitativa o materiale nell'anima, anche se paradossalmente possiede la complessità. Oltre ad essere il principio di passività e trasformazione, l'anima è il principio di movimento per le sue capacità di muovere ed essere mossa e di agire e far reagire il corpo. L'unione tra il corpo e l'anima è ciò che complementa i due, risultando in uno stato di perfezione. Il corpo desidera l'anima, e la natura dell'anima è quella d'informare il corpo con tutto il suo potere e la sua potenzialità. Ciò nonostante, l'anima è molto di più del corpo e può esistere indipendentemente al corpo nella sua condizione "ilomorfica" (o "hylomorphic" in inglese) (Copleston, 1962). Con la parola ilomorfica, Bonaventura si riferisce ad una qualità che è essenzialmente una materia spirituale a cui manca la corporeità, e questa condizione rende l'anima simile ed anche diversa da dio, che non possiede nessuna sostanza. La condizione ilomorfica dell'anima è simile a dio e la sua immagine, specialmente l'elemento razionale dell'anima che le conferisce dignità e la rende divina, e l'anima non esiste esclusivamente per animare il corpo ma per comunicare con dio mediante i suoi elementi spirituali. Il desiderio naturale e l'obiettivo finale dell'anima sono la felicità ottenuta con l'acquisizione della bontà superiore e l'unione con dio, che è un'indicazione della sua immortalità ed affinità con dio. Poichè possiede elementi spirituali, l'anima può ottenere la beatitudine, la realizzazione, e la completezza però solamente attraverso un'atto di grazia e l'unione con dio, che le permette d'apprendere ed assimilare le eterne verità divine. Bonaventura mise in rilievo l'idea dell'individualità

dell'anima, che deriva dalla perfezione dell'individuo, delineando le differenze esistenti tra gli uomini e le donne nei loro pensieri, azioni, ed idee. Per l'anima, l'ottenimento della perfezione è necessario per la sua individualità, che avviene con l'unione dei due principi fondamentali di forma e materia e conduce all'unità con il trascendente dio (Copleston, 1962).

La credenza in un trascendente dio o divina trascendenza è un'aspetto essenziale del misticismo ebraico di Cabala (Schochet, 1990). I seguaci di Cabala adottarono prospettive Gnostiche e Neoplatoniche per poter distinguere sia il loro dio che emana il visibile creato sia la rivelazione dalla sua essenza, che non è visibile. Per loro, dio è personale, ignoto, ed oltre la capacità di comprensione umana. Il dio ignoto si fa conoscere dalle inaccessibili profondità come il dio nascosto En Sof, rivelando all'uomo la sua oscurità nei suoi dieci diversi aspetti o Sefiroth (e.g., numerazioni), che includono Kether, Hokhmah, Binah, Hesed, Din, Rakhamin, Netsakh, Hod, Yesod, e Malkuth. Una Sefiroth aggiuntiva chiamata Da'at unisce Binah e Hokhmah, servendo a mantenere la connessione tra queste due forze ed emozioni. Oltre a rappresentare i livelli attraverso cui En Sof discende per incontrarsi con l'anima nel mondo dell'umanità, le dieci Sefiroth simboleggiano i vari livelli di coscienza a cui i mistici possono accedere nella loro ascesa per incontrarsi con dio, che in realtà è una discesa nei ricessi più profondi della loro psiche. In questo modo, gli essere umani e dio s'uniscono e diventano inseparabili come lo sono, o dovrebbero essere, il corpo umano e l'anima. Simile a dio, l'anima dell'uomo o la donna è una realtà interiore nascosta, un'essenza celata, che dev'essere onorata e considerata più importante del corpo. Si può avere accesso all'anima solamente attraverso il corpo, e l'anima non può realizzare la sua individuazione senza il principio e la sostanza del corpo (Schochet, 1990). Con l'ottenimento dell'unità tra l'anima e corpo, l'individuo può incontrare il vero sè, che condurrà alla sua unione con dio. Nell'atto stesso di approfondire la conoscenza del proprio sè, il vero sè, l'individuo acquista una coscienza maggiore della presenza di dio, che è necessaria per aver accesso ed unirsi a questa ignota sorgente di divina realtà.

Un mistico di Cabala del tredicesimo secolo di nome Abramo Abufalia sviluppò un metodo spirituale di disciplina con pratiche mirate ad ottenere la divina ispirazione ed unione con dio. Il suo metodo spirituale è molto simile alle moderne tecniche di psicoanalisi dirette a muovere l'individuo oltre la normale coscienza perchè possa scoprire un intero mondo nuovo. Una di queste pratiche chiamate “per disigillare l'anima per sciogliere i nodi che la legano” è paragonabile alla tecnica psicoanalitica di scoprire il complesso che mantiene l'individuo bloccato in uno stato di fissazione, osservabile nelle sue distruttive e ripetitive ossessioni. L'intenzione di questa pratica o tecnica è di

liberare l'anima e purificare la mente in modo che l'anima possa avere accesso alle energie divine, che è l'elemento trascendentale della vita, permettendole di provare l'illuminazione, l'integrazione, la trasformazione, e la guarigione. L'emergenza di potenzialità latenti e nascoste, che avviene in seguito alla liberazione dell'anima, contribuisce a spostare l'individuo dal mondo delle sfere naturali a quello dei livelli soprannaturali o divini dove, durante le esperienze estatiche o visionarie, può incontrarsi con il Sè superiore (Armstrong, 1993). Le Sefiroth o l'albero della vita è la luce che guida l'individuo, mostrandogli la via, così la mente (fisica) e l'anima (spirituale) possono muoversi insieme attraverso la gerarchia delle sfere dei livelli superiori di coscienza. L'albero della vita è spesso dipinto come un'albero rovesciato, che cresce dall'alto verso il basso con la cima nel mondo, nella Sefiroth Malkuth di Shekinah, e le radici nelle impenetrabili profondità di En Sof, in Kether e tzimtzum. Un legame esiste tra le dieci Sefiroth e le operazioni alchemiche di trasformazione. Infatti, Jung (1953/1968) scoprì delle similarità tra le trasformazioni spirituali e psichiche ottenute mediante l'analisi del profondo, le Sefiroth dell'albero della vita, e le operazioni dell'opus degli alchemisti, che illustrarono il loro processo con rappresentazioni metaforiche. Jung osservò anche l'esistenza di un processo parallelo tra le operazioni alchemiche, i livelli delle Sefiroth, ed il processo d'individuazione. Lo scopo dell'opus degli alchemisti è quello di cercare l'essenza divina interiore o l'anima per unire tutti gli opposti, che può avvenire solamente in modo graduale dopo ripetute operazioni alchemiche. Nei termini di Cabala, l'opus alchemico è equivalente ad un cammino spirituale evolutivo che coinvolge sia il corpo (e.g., la mente) sia l'anima come cercatori del vero sè mentre procedono attraverso diversi stati psicologici, come il Nigredo, Albedo, Citrinitas, e Rubedo. Per esempio, lo stato psicologico del Nigredo è spesso accompagnato da una profonda depressione plumbea, pessimismo, oscurità, e perdita di direzione nella vita. Questi stati psicologici o simboli di trasformazione corrispondono ad ulteriori operazioni alchemiche (e.g., il nigredo include il separatio, mortificatio, and putrefatio) e, durante ogni operazione che ha un'equivalente Sefiroth, l'anima ha un ruolo e funzione essenziale nei viaggi interiori alla ricerca del vero sè, ed il Sè superiore (Jung, 1944/1953, Vol 12: 334; Edinger, 1985).

Dopo aver considerato prospettive sull'anima esposte da varie filosofie e religioni occidentali, tre tradizioni orientali saranno esplorate, includendo l'induismo, il buddismo, e l'islamismo. Nella tradizione indù, il jivas o l'anima individuale entra il mondo misteriosamente tramite il potere di dio. L'anima trasmigra o s'incarna in una serie di corpi, cominciando dalle forme più semplici della vita e procedendo a quelle più complesse. Il processo di reincarnazione viene chiamato samsara, e la crescita dell'anima è praticamente un fatto scontato (Smith, 1986). Con l'ottenimento della coscienza del sè,

l'anima ascende dal regno animale per inhabitare un corpo umano, acquistando un senso di responsabilità, impegno, e libertà. Quello che determina l'attuale condizione dell'anima è la legge del karma. Il significato del karma è stato spesso frainteso come un modo di pensare fatalista, che è un'interpretazione incorretta, perchè, secondo la credenza, la condizione del presente in cui vive l'anima è il prodotto del suo passato, ed i pensieri e le scelte di oggi sono quelli che determineranno il suo futuro. La libertà è ciò che dà il potere all'uomo di fare le proprie scelte, ma ogni decisione presa ha le sue conseguenze. Così, durante il suo viaggio sulla terra, l'anima passa attraverso diversi stadi mentre ascende e si reincarna nei vari corpi guidata da scelte fatte con la sua volontà. L'anima trasmigra e procede anche per i livelli ascendenti dei desideri, superando le proprie brame sensuali per il potere, le novità, ed il dovere, finchè s'identifica col vero oggetto dei suoi sospiri nell'infinito e l'eterno, l'Immutabile. Gradualmente, l'anima dovrà allentare la sua presa sugli oggetti ed obiettivi materiali e spostare la sua attenzione dalle mire mondane verso quelle eterne, e così l'individuo continuerà a vivere immerso nel mondo fisico però in modo distaccato, avendo superato le proprie brame ed il proprio sè. Da sempre, l'Atman come punto luminoso di divinità risiede nel nucleo del cuore, sepolto profondamente nell'anima e percepito dall'individuo nelle emozioni, sensazioni, e delusioni personali, ed, eventualmente, l'anima sarà raggiunta dalla radiosità del dio, che è l'origine e fonte della sua energia. Il cammino spirituale dell'anima culmina con la visione del beato Immutabile— un dio che è Testimone, Pensatore, e Conoscitore, il Questo (Smith, 1986). Qui, l'anima prova uno stato di Unità con l'Immutabile, perdendo il proprio senso di differenziazione da dio, che dà luogo all'esperienza di divinità.

Diversamente dall'induismo, l'esperienza di divinità del buddhismo viene concepita come uno stato di beatitudine, che è sinonimo con il Nirvana. Quando Buddha sviluppò la disciplina buddista del Theravada, ci mise un notevole impegno per distinguere la sua concezione dell'esperienza di divinità dal dio delle credenze tradizionali. In un'atto di ribellione, il Buddha s'oppose al metafisico, escludendo i riti, le cerimonie, la grazia, ed il soprannaturale e preferendo di concentrarsi sulla pragmatica ed i problemi ed interessi terapeutici, perchè il suo obiettivo era quello d'aiutare l'individuo a cambiare il suo modo di vivere, specialmente l'atteggiamento verso il dolore e la sofferenza (Smith, 1986). Insegnò ai seguaci come ottenere il Nirvana, la condizione di chiarezza oltre il pensiero, le sensazioni, la volontà, e la mente, che sono caratteristici del mondo dell'ego. Il Nirvana è uno stato di beatitudine simile all'estinzione o l'annientamento assoluto, però non è nè dio nè una deità, sebbene gli attributi del Nirvana rassomigliano a quelli di dio nel senso di essere eterni, incomprendibili, nascosti, immovibili,

duraturi, realtà suprema, bontà, e così via. Il Buddha non riconobbe né l'esistenza di dio né quella dell'anima. Infatti, asserì che l'uomo non ha un'anima, fermamente negando la sua sostanza spirituale e la sua separatezza, che segnò il maggior punto di distacco tra il buddismo e l'induismo. Secondo il Buddha, nella reincarnazione e trasmigrazione, è un'influenza e non una sostanza spirituale che viene trasmessa mediante una catena di cause legando una vita all'altra. La nuova vita non è altro che il risultato della vita precedente, che ha dato luogo alla realtà attuale. Gli individui posseggono la capacità d'effettuare i cambiamenti che possono influenzare il loro destino; per esempio, con la ristrutturazione e la sostituzione dei modi di pensare negativi e distorti, la rinuncia a tutte le pretese ed il falso sé, la liberazione dai condizionamenti collettivi, e la differenziazione della propria filosofia di vita da quella degli altri. Il Buddha diede poca importanza ai sensi, il corpo, il rapporto con gli altri, ed il mondo naturale delle imperfezioni, mettendo in rilievo l'idea dell'impermanenza, la transitorietà, e la natura deteriorabile degli oggetti (Harvey, 1996). La sua visione della realtà corrisponde al vuoto, sprovvisto di permanenza e significato, che conduce ad uno stato di purificazione delle emozioni. Come rappresentazioni dell'esistenza, il primo segno è la permanenza, seguita dall'assenza di un'anima permanente, ed infine la sofferenza (Smith, 1986). Gli insegnamenti del Buddha mirano a strappare tutti i veli d'illusione per mettere in rilievo l'effimera natura della vita e l'inclinazione di tutti gli essere viventi all'estinzione e l'annientamento. Per il praticante buddhista, il destino finale dell'uomo spirituale è l'estinzione dell'esperienza storica del sé mondano—l'ego—e l'intensificazione della diretta esperienza delle intenzioni virtuose, specialmente la compassione.

Il valore supremo del buddismo è la compassione, che ha affinità con l'umiltà amorevole e passionale messa in rilievo dalla religione islamica nella pratica dei Cinque Pilastri (Smith, 1986). I valori e componenti fondamentali dei Cinque Pilastri dell'islam sono il credo, la preghiera costante, la carità, il Ramadan, ed il pellegrinaggio, e la loro osservanza incide sull'integrità dell'anima dei credenti. Il credo, il primo pilastro, è concentrato sulle credenze monoteistiche in un solo dio, Allah, ed il suo grande profeta Muhammed. Un centro terreno è glorificato, che serve per dare struttura al vuoto, ed il principio della preghiera costante richiede che tutti coloro che pregono si rivolgano verso la Mecca. Lo scopo della carità, il terzo pilastro, è quello d'assistere i poveri, liberare gli schiavi, aiutare gli stranieri, e ripagare i debitori. La carità è un'aspetto fondamentale degli insegnamenti di Gesù, che è riverito nella religione dell'islam e ci dice “di amare il prossimo tuo come te stesso.” Il Ramadan impone l'obbligo di fare il digiuno durante il Mese Santo, che diventa una vera e propria prova estenuante quando avviene d'estate. Lo scopo del digiuno del Ramadan è quello di far aumentare il senso di

dipendenza e fragilità dell'individuo e di sensibilizzare la sua virtù della compassione a fine di far crescere la sua empatia e comprensione delle situazioni critiche provate da fratelli più bisognosi e poveri. La fratellanza è un'aspetto molto significativo dell'islam, che è spesso frainteso. Il quinto pilastro, il pellegrinaggio o viaggio alla Mecca, che dev'essere compiuto almeno una volta nella vita, serve per valorizzare la devozione e la riverenza del credente verso dio. Tutte le differenze umane vengono trascese in questo luogo, poichè tutti i seguaci dell'indivisa umanità portano lo stesso abbigliamento mentre stanno uniti in piedi nel posto dove avviene la prima rivelazione fatta da dio. Secondo la credenza, i peccati di coloro che trasgrediscono le leggi dei Cinque Pilastri sono elencati nel "libro spalancato," dove è scritto che, nel giorno del giudizio, i peccati verranno appesi intorno al collo dell'anima, facendola pesare in giù lontana da dio (Smith, 1986). Il dio dell'islam è Allah, l'Uno, il benevole creatore, il poderoso che pervade tutto, e l'immateriale. L'individualità di Allah è riverita nel senso che si crede che sia un'individuo, anzi l'individuo più unico. Oltre ad onorare l'individualità di dio, l'islam valorizza quella dell'individuo nel senso della bontà ed autenticità della persona. L'individualità dell'anima, che include la bontà, le virtù, i valori, e la sua realizzazione spirituale, è ottenuta attraverso l'espressione del vero sè, che è unico e differente da quello di tutti gli altri. I seguaci dell'islam credono nell'aldilà ed il giudizio dopo la morte, quando saranno giudicati per l'osservanza delle leggi di dio e ritenuti responsabili per il loro comportamento nella vita terrena. Sono i fatti terreni che determinano se l'anima andrà in paradiso o l'inferno e se proverà la felicità o la miseria eterna. In paradiso, l'anima avrà l'esperienza dell'eterna beata visione della presenza di dio, che le farà provare una felicità superiore a tutti i piaceri fisici, poichè i veli che la separano da dio saranno tolti. Invece, per l'anima del credente che trascura l'osservanza delle Leggi di Dio, il giudizio finale sarà duro, perchè il fuoco, i liquidi bollenti, ed il metallo fuso dell'inferno saranno la sua condanna per l'eternità.

Molte idee e credenze espresse finora in questa discussione hanno affinità con idee e concezioni sull'anima sviluppate dal psicologo Carl Jung, con qualche differenza fondamentale. Mentre le tradizioni religiose e filosofiche fanno uso della parola anima per riferire ad una "realtà soprassensoriale," un principio finale, una divina essenza, od un'energia necessaria per la vita organica, Jung adotta il termine "anima" soprattutto per distinguere la sua scuola analitica da tutte le altre nel campo della psicologia (Corbett, 2008). Nella sua teoria, Jung scrive in modo approfondito sull'anima per descrivere chiaramente cosa intende con la parola "anima" rispetto ai termini che usa quando si riferisce alla psiche e l'imgo-anima od immagine-anima (Jung, 1944/1953, Vol. 12: 9). Con la parola psiche, Jung intende la totalità dei processi psichici od una comprensiva entità che include la coscienza

e l'inconscio dell'individuo. Invece, il termine imago-anima ha un significato più limitato e si riferisce ad una parziale personalità o “complesso di funzione” e non all'intera psiche. Nella psicologia analitica, il termine imago-anima è sinonimo con l'Anima od Animus, l'aspetto inconscio di sesso opposto dell'individuo, che è spesso complementare al carattere della Persona. L'anima nella teoria di Jung possiede un significato fenomenologico nel senso che è un fatto psichico (o fenomenologico) d'un tipo altamente numinoso, e non è necessariamente connessa a nessun'entità o concezione trascendentale (Jung 1944/1953, Vol. 12: 9; Jung 1921/1971, Vol. 6: 798). L'immagine ideale per l'anima è la fiamma, la luce, una sostanza ardente, od un focoso soffio d'aria. L'anima come fiamma la si può paragonare allo Spirito Santo, che apparve agli apostoli il giorno di Pentecoste nella forma verificabile di una lingua infuocata e simile alla grazia rappresentata dal fuoco e la gloria scintillante (Jung 1911-12/1952, Vol. 5: 149). Un simbolo frequentemente connesso all'anima è la scintilla, la Spinker del Gnosticismo, o la divina scintilla sepolta nell'oscurità (dell'inconscio), dove sta addormentata in uno stato simile alla morte come una scintilla-anima, il *lumen naturae*, e la luce dell'oscurità stessa (Jung 1944/1953, Vol. 12: 410; Jung, 1954/1968, Vol. 13: 197).

L'anima come fiamma rappresenta anche un'immagine per il libido, a volte simboleggiato con l'immagine theriomorfica del serpente, che è la forza vitale ed energia psichica che animano il corpo e l'individuo. Così, l'anima come principio vitale è animata dall'energia psichica ed è legata intimamente allo spirito e le sue due sorgenti d'illuminazione, che rivelano i due aspetti o la dualità dell'anima. Uno di questi aspetti dell'anima è l'immortale *anima rationalis* o la razionalità, la facoltà superiore data da dio all'uomo per distinguerlo dalle forme inferiori di vita, mentre l'altro aspetto è la volubile anima-vita, che connette l'uomo con l'*aspiratio dei* o la divina aspirazione dello Spirito Santo (Jung 1954/1968, Vol. 13: 263). L'anima è ulteriormente rappresentata come un capo d'abbigliamento rassomigliante alla pelle, e l'atto di spellare o scorticare la pelle, specialmente quella della faccia o la testa, simboleggia l'estrazione dell'anima, la sua trasformazione, e l'incorporazione del principio vitale (Jung, 1954/1968, Vol. 13: 93-95). L'anima è il principio archetipico par excellence che rappresenta la connessione, il rapporto, ed il contenimento. Jung ci fa notare che sembrerebbe che dio avesse creato di proposito il cranio, il *vas cerebri*, per poter acchiappare l'anima. Inoltre, il simbolo del vascello coincide con quello della testa, che rende il vascello simile al teschio o porta-cervello (Jung 1954/1963, Vol. 13: 114). L'anima è una sostanza spirituale di forma sferica o circolare, rassomigliante alla forma del vascello, e per natura è umida come la rugiada e simile all'umidità radicale della prima materia. L'affinità sferica tra l'anima ed il teschio allude ad un'innata potenzialità e prontezza nell'essere umana

per accogliere l'imgo-dei o l'archetipo di dio, il Sè. L'imgo-dei si rivela con il simbolismo della quadratura del cerchio, quando inizialmente gli elementi della materia sono trasformati, differenziati, e ridotti ad una sostanza semplice, l'anima semplice (Jung 1944/1953, Vol. 12: 371). Jung descrive questa trasformazione come un processo psichico che accade nella testa, dove l'anima semplice intrattiene la *res simplex*, la cosa semplice, che è dio. Il cervello contiene l'anima razionale e condivide la stessa caratteristica di semplicità dell'anima, che lo rende un medium ideale per la trasformazione spirituale (Jung, 1944/1953, Vol. 12: 517). L'emergenza dell'archetipo con il suo simbolismo ha la capacità di far uscire l'individuo dalla sua isolamento e di fornire un nuovo senso e scopo alla sua vita mediante un processo d'illuminazione, crescita, e trasformazione. Il simbolo è rinnovato senso nella vita compensano gli atteggiamenti unilaterali e disadattati ed elevano l'individuo al di sopra dei grovigli e preoccupazioni con il sè, favorendo uno stato di coinvolgimento ed unità tra il corpo e l'anima e l'anima mundi.

L'anima della psicologia analitica di Carl Jung è ben distinta da quella delle concezioni religiose e filosofiche, ed anche da altre scuole di psicologia. Secondo Jung, sebbene i fenomeni dell'anima o le esperienze religiose sono d'origine psichica—non metafisica—la religione e la spiritualità non possono essere escluse dall'attività umana. Per ragioni epistemologiche, la psiche dell'uomo occidentale è stata divisa in due componenti, una parte fisica e l'altra spirituale, con la mente e lo spirito occupando ruoli dominanti, mentre gli opposti come anima ed ombra continuano ad esistere nei ricessi più profondi dell'inconscio, dove sono state relegate e represses. Qui l'anima esiste in uno stato di sofferenza aspettando il nostro soccorso ed il completamento, e non necessariamente per i fini della spiritualità ma come sfida della vita stessa per la sopravvivenza ed evoluzione dell'individuo, l'umanità, tutte le speci, ed anche il nostro pianeta. Negli ultimi decenni, la coscienza è aumentata riguardo le sofferenze dell'anima e le conseguenze dovute al distacco dell'umanità dall'anima, gli istinti, gli affetti, e la natura umana a causa della dominazione unilaterale della mente e spirito. L'atteggiamento dissociato dell'uomo moderno ha portato ad una rottura nel rapporto tra la mente e corpo, e l'anima è stata dimenticata e perduta. Questa perdita di contatto con l'anima si manifesta nell'uomo o donna con un generale senso di malessere, un'irriquieto affaccendarsi, un senso di svuotamento, la noia, e la mancanza di un senso nella vita. Le conseguenze più severe della perdita dell'anima si manifestano nell'individuo nella forma di sintomi dolorosi, ferite profonde, e la psicopatologia (Corbett, 2008). Alcuni esempi di fenomeni collettivi ed unilaterali legati alla perdita di contatto con l'anima sono la disumanizzazione, l'oggettivazione, il materialismo, il consumismo, lo sfruttamento (degli essere umani e la natura), e le

guerre ed i genocidi. Tutti questi fenomeni sono associati con un'ego che è troppo specializzato—con atteggiamenti e comportamenti unilaterali, distruttivi, ossessionanti, e degenerativi—che eventualmente porterà all'estinzione della nostra specie umana e gli organismi viventi sulla terra (Bernstein, 2000). Un numero sempre maggiore d'individui sul pianeta prova esperienze chiamate trasrazionali e di confine (o “borderland” in inglese), oltre ad identificazioni somatiche con le sofferenze degli animali, le piante, ed altri esseri umani, causate dalla povertà, lo sfruttamento, l'asservimento, la crudeltà, e la morte a causa di guerre e genocidi. Nei suoi scritti, Jung ci parla a lungo e continuamente della sconnezione tra l'uomo moderno e l'anima, la natura, e la Natura, esprimendo le sue preoccupazioni per la perdita degli istinti o l'atrofia instintuale e le severe conseguenze, il senso d'alienazione e disorientamento, che procurano grandi sofferenze sia all'anima individuale sia a quella del mondo, l'anima mundi.

Durante i secoli scorsi, gli sforzi dell'umanità mirati alla conoscenza e la conquista si sono concentrati quasi esclusivamente sul piano orizzontale, le imprese materialistiche ed empiriche, mentre gli scopi ed intenti verticali, quali l'interiorità, la spiritualità, ed il senso della vita, sono stati trascurati. Così la conoscenza scientifica del mondo esteriore s'è espansa sempre di più, mentre la curiosità verso il mondo interiore è considerevolmente diminuita fino al punto d'abbandono e rifiuto, contribuendo alla perdita di contatto con l'anima. Le religioni occidentali hanno seguito la stessa direzione, girando le spalle al mondo interiore, ed anche all'anima, preferendo di concentrarsi sull'istituzionalizzazione ed il dogma. Invece, per quanto riguarda la psicologia analitica, l'anima è considerata significativa come vincolo di collegamento tra le immagini eterne ed il mondo traspersonale dell'inconscio collettivo o la psiche obiettiva. Inoltre, l'emozionalità dell'anima è considerata responsabile a mantenere l'individuo ben fondato nel mondo terreno della finitudine (Jung, 1954/1968, Vol. 13: 457). Purtroppo, al giorno d'oggi, l'identificazione e riconoscimento dell'anima sono diventati una sfida perfino nel campo della psicologia. Jung scrive:

La psicologia moderna ha la più grande difficoltà a vindicare il diritto d'esistere all'anima, e rendere credibile il fatto che l'anima è un modo d'essere con proprietà che possono essere investigate, e perciò un'oggetto adatto per...lo studio...non qualcosa attaccato all'esterno, ma ha un'autonomia interiore...una vita sua propria...in tutte le essenzialità può essere inferita soltanto indirettamente. (Jung, 1911-12/1952, Vol. 5: 113, p. 77)

Per cercare l'anima, l'individuo deve dirigere la propria attenzione interiormente e rischiare l'introversione e l'introspezione, mentre concentra i suoi sforzi sulla creazione di un rapporto onesto

con sè stesso. Potrà riconoscere l'anima nelle proprie brame, paure, e necessità, che sono state represses e si sono accumulate nelle profondità del mondo interiore. La mente tende a resistere fortemente la discesa nella profondità, ma eventualmente il fato, il demone, o l'imbroglione (e.g., il Trickster) costringe l'individuo a sacrificare il mondo esteriore per concentrarsi su quello interiore con l'introspezione e la riflessione sul sè. Nella sua interiorità, l'individuo incontra la propria anima e prova le sue sofferenze e tormenti dovuti agli attacchi dei desideri e le brame personali nella forma di libido che penetra profondamente e dolosamente—un dolore proveniente dal mondo interiore ben distinto da quello del mondo esteriore. La percezione e l'esperienza delle sofferenze e tormenti interiori possono portare non solo al ritrovamento ma anche al ricupero dell'anima con la sua potenzialità di trasformazione in seguito alla morte del vecchio re e la successione del principe, che comporta un cambiamento di atteggiamento da uno vecchio e distorto ad uno rinnovato ed integrato. La potenzialità di trasformazione sta addormentata nei ricessi dell'inconscio negli archetipi che emergeranno nella forma di simboli ed immagini per fornire la scintilla necessaria per la rigenerazione ed il rinnovamento. L'immaginazione e la capacità per produrre immagini sono le funzioni dell'anima individuale, che soffrirà e proverà dolore durante il processo di trasformazione mentre testimonia l'emergenza nei sogni e fantasie dei nuovi simboli ed immagini capaci di fornire un rinnovato scopo e senso alla vita dell'individuo (Jung, 1911-12/1952, Vol. 5: 553).

Per redimere l'anima, l'individuo deve assumere la responsabilità per il proprio fato e deve smetterla d'inculpare gli altri, i genitori od altre persone d'autorità nella sua vita, per le proprie limitazioni e manchevolezze. Adottando il ruolo d'innocente vittima o bambino, l'individuo abbandona la propria colpa e responsabilità personale, che serve solo a depotenziarlo e paralizzarlo. L'atto d'inculpare gli altri limita notevolmente la libertà e capacità dell'individuo di far scelte e prendere decisioni a causa della dipendenza dagli altri ed il rifiuto di accettare la realtà della propria oscurità, inadeguatezza, ed ombra. La scelta del ruolo d'innocente vittima o bambino è sinonimo con la regressione ad uno stato d'esistenza infantile e primitiva, che è equivalente alla dissociazione o sdoppiamento della personalità e sta alla radici della perdita dell'anima (Jung, 1954/1968, Vol. 13: 115). L'individuo che è dissociato ha perso contatto con la propria anima, identificandosi esclusivamente con la ragione e distaccandosi da altre funzioni (e.g., i sensi). La perdita dell'anima comporta la perdita della funzione compensatrice dell'inconscio, che possiede la chiave per correggere l'atteggiamento unilaterale e ristabilire l'equilibrio. L'individuo rischia pure la perdita di contatto con la realtà quando il suo pensiero è unilaterale, distorto, e delusionale. L'inclinazione sarà quella d'adottare atteggiamenti e

comportamenti arroganti, spietati, e tirannici, oltre a provare la disregolazione del sè nella forma d'irritabilità, perdita di controllo, violente ed esplosive emozioni ed affetti, dure critiche e giudizi verso sè stessi, ed un senso d'inferiorità (Jung, 1954/1968, Vol. 13: 335).

Nello stato di regressione, l'energia psichica e la forza vitale si fissano o s'attaccano ad una situazione od ambiente d'infanzia. Così il libido rimane imprigionato nell'inconscio ed impigliato nei rapporti infantili vissuti con i genitori. Lo stato di fissazione è simile a quello descritto nel mito dell'eroe, che è tenuto in cattività nel mondo sottomarino in fondo all'oceano. L'eroe in cattività non possiede più nessun potere sul suo destino, perchè sta in balia al fato ed è soggetto alla condizione di Heimarmene o le ossessionanti ripetizioni, caratterizzate da atteggiamenti e comportamenti di sabotaggio e distruzione del sè provocati dalla mancanza di controllo sugli impulsi ed affetti. Il remoto ambiente infantile è ricreato dall'individuo nel presente con la proiezione dei suoi complessi, e così si ripete continuamente nel suo mondo esteriore la stessa arcaica situazione con le sue primitive emozioni, limitazioni, e dipendenze (Jung, 1911-1912/1952, Vol. 5: 652). La liberazione del libido dall'inconscio è un'aspetto cruciale per la redenzione dell'anima. Il sacrificio dell'originale stato inconscio è necessario per liberare il libido e risulta in una conversione od enantiodromia, per cui il libido è ridiretto dal mondo interiore verso quello esteriore e gli oggetti per poter essere reinvestito negli obiettivi e scopi della vita, particolarmente quelli biologici. Il libido deve staccarsi dalle fissazioni infantili e regressive per poter liberamente scoprire ed esplorare il mondo esteriore, dove potrà essere canalizzato ed adoperato per scopi più nobili, produttivi, e creativi, dando così l'opportunità all'anima d'esprimere la sua vera potenzialità (Jung, 1911-12/1952, Vol. 5: 652). Il compito principale dell'anima è quello di trasmettere alla mente cosciente l'imgo-dei, che è l'archetipo dell'immagine di dio addormentato nelle profondità della psiche o l'inconscio. Solamente l'anima ha la capacità d'accedere ai simboli ed immagini che possono toccare, muovere, ed ispirare l'individuo, la cultura, la spiritualità, e la vita stessa. La psicologia del profondo serve a restaurare la vista ai ciechi, sgombrando la via per la facoltà del "vedere attraverso" o l'atto psicologico di vedere, indispensabile per accedere ai simboli ed immagini che possono essere attivati e recuperati mediante il trattamento psicoterapeutico, l'educazione, e l'esperienza d'interiorità dell'anima (Jung, 1944/1953, Vol. 12: 12-14).

La grande priorità dell'uomo e donna dei nostri tempi è diventata quella di recuperare l'anima. Questo comporta da parte nostra un'impegno serio per riconnettere con un misterioso e straordinario senso di presenza, che è la nostra esperienza dell'anima. L'individuo resiste ad accettare la propria anima per la mancanza nella fede di trovarci qualcosa d'utile. Tuttavia, qualcosa di valore esiste

nell'anima—un valore supremo—che si può osservare in silenzio mentre segue il suo corso. Il ricupero dell'anima è equivalente alla capacità di provare l'esperienza soggettiva dell'anima, che avviene mediante un'esperienza d'introversione ed interiorità (Corbett, 2008). L'individuo incomincia a riconoscere e comprendere l'anima dopo aver provato l'esperienza religiosa interiore o l'esperienza del numinoso, che originariamente rivelò agli esseri umani il rapporto esistente tra l'anima, le immagini, ed i credi esteriori (delle religioni tradizionali). La fonte o matrice dei credi e le immagini religiose è il regno archetipico, e l'anima è il legame, il *vinculum*, e la *mediatrix* tra l'uomo e gli archetipi. Una volta che l'individuo viene a conoscenza delle immagini interiori e le prova personalmente, assieme alla propria esperienza religiosa del numinoso, una porta si apre per la sua anima dandole accesso alle immagini superiori che appartengono al regno archetipico (Jung, 1944/1953, Vol. 12: 17). Da tempo immemorabile, l'uomo s'è trovato di fronte a figure numinose del tipo demoniacale e terrificante, che non rappresentano altro che l'aspetto oscuro della nostra natura umana. Le personificazioni demoniacali, che appaiono negli incubi a causa dell'impigliamento dell'individuo nella materia, hanno la tendenza di portare grandi afflizioni, spesso nella forma d'insanità o gravi malattie fisiche. Gli esorcismi condotti dalla Chiesa per scacciare le figure demoniacali e liberare l'individuo dalla loro schiavitù sono serviti solo ad aumentare l'alienazione dell'uomo o la donna dalla propria divinità, specialmente l'aspetto oscuro dell'anima. Differentemente dalla Chiesa, l'alchemista preferì includere ed unirsi con le figure demoniacali, invece di scacciarle e rifiutarle, adottando il principio pagano dell'adorazione della natura nelle operazioni alchemiche di trasformazione per liberare e redimere la sofferente anima tenuta schiava da queste personificazioni terrificanti (Jung, 1954/1968, Vol. 13: 198). Gli alchemisti introducono una prospettiva più ottimista, perchè erano ben consci del fatto che l'anima possiede sia un lato brillante sia uno oscuro. Oltre al lato oscuro e malvagio, l'anima contiene un'elemento di divinità, ed è questo elemento che aspira alla redenzione. Gli alchemisti chiamarono quest'elemento divino dell'anima il diadema durevole, il *Lapis*, ed erano interessati soprattutto nella redenzione della divinità dell'anima, che sta addormentata e perduta nella materia.

Gli alchemisti erano convinti che la loro salvezza dipendesse dal loro successo nell'ottenere la liberazione della divina anima dall'oscurità della materia. Credevano che l'anima ha bisogno d'essere liberata dallo stato di cattività per essere riportata al suo posto centrale, nella regione del cuore, dove, non più in balia dell'emozionalità, può pacificamente ricongiungersi e comunicare con i regni superiori degli archetipi e lo spirito. Dedicandosi con'impegno all'opus alchemico, un simbolo od immagine risanatrice eventualmente emerge, sembrando strana e misteriosa alla mente cosciente

dell'individuo, ma l'anima vi ci riconoscerà immediatamente la sua segreta riflessione, che risulterà in un'alleanza ed unione tra l'inconscio e la mente cosciente (Jung, 1944/193, Vol. 12: 328). Per l'alchemista, l'uovo è il simbolo dello stato di caos, la prima materia, che tiene legata l'anima del mondo, l'anima mundi, in uno stato di cattività. L'uovo è il vascello o *vas hermeticus* dell'alchemista, che è il contenitore necessario per compiere le operazioni alchemiche di trasformazione, e quello che emergerà dall'uovo è un'uccello, la fenice o l'aquila, che è sinonimo con l'Antropos tenuto in cattività dall'abbraccio di Physis e poi liberato. Le ali dell'uccello rappresentano le idee e le potenzialità spirituali od intuitive. Al completamento dell'opus alchemico, l'immagine che emerge è quella del Rebis che porta in testa la corona con il diadema durevole o Lapis che rappresenta la divinità dell'anima (Jung, 1954/1968, Vol. 12: 183). Il Rebis è l'ermafrodita che contiene in sé stesso ambedue gli elementi del mascolino e femminile. Un'aspetto essenziale del ricupero e redenzione dell'anima è il risveglio e restaurazione del principio femminile, che aiuta a spiegare la natura ermafroditica del Rebis. L'anima è quella sostanza, la forza vitale, la *vis animans*, che si può chiamare la colla del mondo, il *glutinem mundi*, e che è il medium tra la mente e il corpo e l'unione tra i due (Jung, 1944/1953, Vol. 12: 209). Jung indica che l'anima è imparziale e senza sesso, un corpo sottile che ha la funzione di congiungere la mente ed il corpo, il principio mascolino con quello femminile, indipendente dal fatto che l'individuo sia un'uomo od una donna.

Il processo di trasformazione legato al ricupero ed unione con l'anima ed il risveglio del principio femminile sta influenzando molti aspetti della vita dell'uomo moderno (Baring, 2008). Il riconoscimento della divinità del principio femminile ed i suoi simboli ed immagini si sta gradualmente ristabilendo, e la natura del rapporto tra l'uomo e la donna si sta trasformando da uno basato sulla dominazione e sottomissione ad uno che favorisce l'uguaglianza tra i due sessi. Le donne hanno sviluppato un rinnovato senso del proprio valore e danno voce ai loro desideri e bisogni, partecipando attivamente nella vita comunitaria e sociale, oltre a quella della famiglia. Col ritiro delle proprie proiezioni, un numero sempre più grande d'individui sta assumendo la responsabilità e prendendo atto per mettere fine allo sfruttamento, l'esaurimento, ed il danno perpetuato contro il mondo naturale, gli esseri umani, gli animali, le piante, ed il pianeta stesso. Si sta sviluppando una maggiore coscienza e compassione per i poveri, i bisognosi, gli oppressi come i bambini, gli anziani, gli handicappati ed ammalati di mente, i gruppi minoritari, gli schiavi, e le vittime di guerre e genocidi. Si sta anche sviluppando un maggiore accoglienza ed apertura verso la diversità, nel senso dei sessi, le culture, le religioni, e le tradizioni. La coscienza odierna si sta allargando per accomodare ed

incorporare nuovi paradigmi di realtà, le esperienze paranormali, e la realizzazione della spiritualità, che ci riporta all'argomento principale di questo saggio e discorso sull'anima. Mediante la redenzione dell'anima ed il risveglio della coscienza femminile, la nostra umanità può essere restaurata alla completezza, permettendoci di vivere più pienamente con un rinnovato senso e scopo nella vita. La nostra vera divinità si trova nella nostra umanità, che è una condizione universale che condividiamo con tutti gli esseri umani e che ci permette d'esistere in unione e connessione con uno stato superiore di Unità, l'anima mundi, per essere nell'anima o *esse in anima*, per dirla come Jung.

Sviluppando il pensiero di Jung, James Hillman descrive l'esse in anima come un senso d'essere contenuti nell'anima, abbracciati da uno stato psichico, in cui sentiamo la presenza dell'anima che ci circonda tutto intorno (Hillman, 1983, p. 125). Noi siamo i creatori dello spazio per l'anima con i movimenti della nostra mente e cuore, e con la nostra "attività psichica." Il metodo per connettere con l'anima sta nell'onorare le nostre inadeguatezze, incertezze, ed inferiorità. Quanto ci stanchiamo delle ripetute e pesanti lagnanze dell'anima, ma è soltanto nell'atto di ascoltarla che è possibile trovare ed unirvi al nostro gemello perduto, agli "ambivalenti, così vergognosi feeling del nostro ermafrodito psichico. . .anche la figura incarnata come il fine del lavoro di terapia" (Hillman, 1983, p. 103). Come aspetti personali essenziali, l'anima contiene suo fratello gemello e la funzione inferiore, che inizia la vita psichica all'azione nei mondi interiori ed esteriori—la mia anima in rapporto alla tua anima, la mia anima in rapporto all'anima mundi, e la mia soggettività in rapporto all'animato mondo obiettivo. L'anima ha la sua voce, anzi molte voci, perchè è sfaccettata, e ci fa cenno per ottenere la nostra attenzione attraverso i nostri sintomi, resistenze, difese, lagnanze, necessità, e desideri, e questi luoghi inferiori contengono le nostre più grandi potenzialità, se solo volessimo ascoltare l'anima ed attendere alle sue eterne necessità. Anima, cos'è che desideri? Cos'è che vuoi? Secondo Hillman (1983), sembra che l'anima voglia tante cose: Essere amata, ascoltata, vista, insegnata, chiamata per nome, e lasciata libera per uscire nel mondo, in modo che possa finalmente smetterla di proietarsi. L'anima cerca anche lo spirito, la comunione con gli altri, e la completezza. Si rivela in tutti i suoi inarticolati desideri e brame, percepite come un senso che voglia qualcosa che non riesce nemmeno ad identificare o spiegare e che la fa sentire perennemente inadeguata, inferiore, ed insoddisfatta. Proprio qui, l'anima ha una grande affinità con Eros ed il suo desiderio di estendersi, espandersi, disperdersi, e perennemente volere, proprio come sua madre Penia infinitamente bisognosa.

Hillman approfondisce il suo discorso dicendoci che "l'anima è lo sconosciuto componente che rende le cose significative, trasforma gli eventi in esperienza, è comunicato nell'amore, e ha

un'interesse religioso” (Hillman, 1975, p. xvi). Per lui, l'anima è associata con la divinità ed il principio vitale e possiede un rapporto particolare con la profondità, il viaggio di discesa, e la morte. Nella lingua greca, psyche è la parola che sta per anima, e psyche come anima è anche associata con la farfalla o la falena notturna e la bellissima puella o fanciulla del mito di Eros e Psyche. Qui la puella Psyche come anima diventa anche la personificazione dell'idea del femminile. Stare in contatto con l'anima vuol dire avere una connessione sensuale con la fantasia, poichè la nostra psiche consiste soprattutto d'immagini. La connessione tra l'anima e l'immagine, la fantasia, ed il sogno è legata al suo rapporto con il buio, il mondo notturno, la luna, ed il regno dei morti. La natura più essenziale dell'anima si rivela nei sogni appartenenti alla notte, le esperienze di morte, e le immagini di pazzia. Riconnettendo con l'anima per tramite dell'unione tra la testa ed il cuore, l'individuo riacquista il potere dell'immaginazione creativa necessario per partecipare nel mondo immaginale dove l'uomo e la donna possono comunicare, dialogare, ed interagire con gli dei (Hillman, 1960). Con la creatività psicologica, avviene il processo di fare l'anima; così, l'anima assopita è risvegliata da Eros. Oltre al dio Eros, l'amore può attendere ai bisogni dell'anima attraverso altri modelli archetipici, come Gesù, Buddha, Zeus, Osiris, Afrodite, e così via. L'amore è “un mezzo per il ritorno dell'anima con l'umano e per mezzo dell'umano all'immaginale, un ritorno della psiche umana alla sua inumana essenza immaginale” (Hillman, 1975, p. 186). Lo scopo dell'amore od Eros è quello di ritrovare e muovere Psyche, perchè lei possa riprendere a vivere. Eros ha il compito di colpire Psyche con una freccia nel punto più vulnerabile, così che il processo di fare l'anima via un profondo stato di patologizzare chiamato essere innamorati o pazzia possa incominciare (Hillman, 1975).

Jung (2009) sviluppò il metodo dell'immaginazione attiva, che descrisse nel *Libro rosso* e che visse lui stesso quando s'intrattenne con l'immaginare con l'anima, le *inferiores*, e dialogò con le immagini e figure che emergevano nei suoi sogni, esperienze visionarie, e fantasie. I fini supremi dell'immaginazione attiva sono Conosci Te Stesso (o Know Thyself in inglese), simile al processo d'individuazione, ed il perseguimento del fato dell'anima, attendendo ai suoi desideri e necessità in modo che il sè possa guarire e raggiungere la completezza ed un rinnovato senso e scopo nella vita. Nello spazio sacro dell'immaginare, il “colorato ed intricato tappeto dell'anima—la nutrice, tessitrice, e riflettrice,” avviene il coniunctio con lo spirito in un “contenimento ispirato, spiritato,” che è sinonimo con la capacità dell'anima di contenere ed amplificare lo spirito (Hillman, 1983, p. 81). Così lo spirito diventa il conoscitore di sè stesso nello specchio dell'anima, che a sua volta riconosce il suo spirito e si lascia conoscere. Il movimento dell'anima è ben distinto da quello dello spirito, che è caratterizzato

dalla concentrazione intellettuale o la meditazione trascendentale diretta verticalmente ed in alto verso le cime montane. Nel reame dell'esperienza e nelle sue riflessioni sull'esperienza, l'anima si muove in tutte le direzioni, attorcigliandosi e girandosi e seguendo un sentiero labirintino. Ha la tendenza di muoversi indirettamente, e le sue progressioni sono tanto importanti quanto le sue regressioni. L'anima può seguire metodi di ragionamento circolari o dirigersi verso gli angoli, ma è sempre vicina, intensa, e profonda, anche sensibile e vulnerabile, ed è la sede della nostro dolore e sofferenza. Inoltre, l'anima è ricettiva, passiva, lenta, e paziente, e ha una buona memoria e capacità per ricordare. L'orizzonte dell'anima è la fantasia e l'immaginazione, “una cavernosa tesoreria. . .confusione e ricchezza. . .il vascella per cuocere. . .assorbe tutto e tutto può diventare anima. . .e. . .lo spazio psichico cresce” (Hillman, 1975, p. 68). Anima è paragonabile all'acqua che può scorrere sotto, sopra, attraverso, e dentro ogni spazio ed estinguere il fuoco dello spirito. Può anche intrudere ed invadere lo spirito con paure, bisogni istintuali, fantasie, immagini, e ricordi con l'intenzione di ristabilire l'equilibrio ad atteggiamenti e comportamenti unilaterali, muovendo l'anima via dalla testa per riprendere il suo posto centrale nel cuore. Forse l'eterno desiderare dell'anima ha qualcosa a che fare con lo storicizzare o fare storia, perchè sembra che l'anima abbia bisogno d'incarnarsi e stabilire il proprio posto nella storia per avere una sua soggettività. L'idea di una soggettività storica c'aiuta a capire la delizia che prova l'anima nel rimuginare sulle cose, ricordare il passato, aprirsi e condividere storie e memorie, e desiderare la libertà, specialmente dal dominio e controllo dell'ego. In fine, l'atto stesso di desiderare è la qualità dell'anima e quello che ci fa consci della voce dell'anima, e della sua impalpabile presenza.

Bibliografia

- Armstrong, K. (1993). *A history of God*. New York: Random House.
- Baring, A. (2008). What is the soul? Our cosmic planetary roots. In “*Sleeping Beauty, the prince, and the dragon: An exploration of soul*” [On-line]. Available AnneBaring.com
- Bernstein, J. S. (2005). *Living in the borderland: The evolution of consciousness and the challenge of healing trauma*. New York: Routledge.
- Copleston, F. (1950). *A history of philosophy: Mediaeval philosophy*. New York: Doubleday & Company, Inc.
- Corbett, L. (2007). *Psyche and the sacred*. New Orleans, Louisiana: Spring Journal Books.
- Edinger, E. F. (1991). *Anatomy of the psyche: Alchemical symbolism in psychotherapy*. Chicago: Open Court
- Harvey, A. (1996). *The essential mystics: The soul's journey into truth*. New York: HarperSanFrancisco.
- Hillman, J. (1960). *The myth of analysis*. Evanston, Il: Northwestern University Press.
- Hillman, J. (1975). *Re-visioning psychology*. New York, NY: Harper Collins.
- Hillman, J. (1983). *Healing fiction*. Putnam, CT: Spring.
- Jaffe, A. (Ed.). (1989). *Memories, dreams, reflections: C. G. Jung* (R. Winston & C. Winston, Trans.). New York: Random House. (Original work published 1961).
- Jung, C. G. (1953). Religious ideas in alchemy. In H. Read, M. Fordham, G. Adler, & W. McGuire (Eds.), *The collected works of C. G. Jung* (R. F. C. Hull (Trans.) (2nd ed., Vol. 12, pp. 225-471). Princeton, NJ: Princeton University Press. (Original work published 1944).
- Jung, C. G. (1956). Symbols of transformation. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 5). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1952).
- Jung, C. G. (1960). “The soul and death.” The structure and dynamics of the psyche. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 8). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1934).
- Jung, C. G. (1963). *Mysterium coniunctionis: An inquiry into the separation and synthesis of psychic opposites in alchemy*. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 14). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1955-56).

- Jung, C. G. (1967). Alchemical studies. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 13). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1954).
- Jung, C. G. (1968). Psychology and alchemy. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 12). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1953).
- Jung, C. G. (1971). Psychological types. In R. F. C. Hull (Trans.), *The collected words by C. G. Jung* (Vol. 6). Princeton, New Jersey: Princeton University Press. (Original work published 1921).
- Neumann, E. (1954). *The origins and history of consciousness*. New York: Pantheon Books.
- Plato. (1989). *Symposium*. (A. Nehamas & P. Woodruff, Trans.). Indianapolis, Indiana: Hackett Publishing Company. (Original work published in ca. 428-347 B.C.).
- Plato. (1992). *Republic*. (G.M.A. Grube, Trans.). Indianapolis, Indiana: Hackett Publishing Company. (Original work published ca. 380 B.C.).
- Schochet, J. (1990). *The mystical dimension: The mystical traditions*. New York: Kehot Publications Society.
- Schwartz-Salant, N. & Stein, M. (1992). *Gender and soul in psychotherapy*. Wilmette, Illinois: Chiron Publications.
- Smith, H. (1986). *The religions of man*. New York: HarperPerennial.
- Ulansey, D. (1989). *The origins of the Mithraic mysteries: Cosmology & salvation in the ancient world*. New York: Oxford University Press.
- Vigano, G. (Ed.). (2003). *Divinita' dell'antico Egitto*. Torino, Italy: Grafiche Canale.
- Von Franz, M.-L. (1980). *Alchemy: An introduction to the symbolism and the psychology*. Toronto: Canada: Inner City Books.