

**LA PROIEZIONE DELL'ANIMA**  
**NELLA RELAZIONE TERAPEUTICA E DI COPPIA**

**Fra Transfert e Contro-Transfert**

Dott. Matteo Marino - 2013

*Anima crea attaccamenti e legami. Ci fa innamorare – J. Hillman*

**INTRODUZIONE:**

Con la presente relazione, è mia intenzione mettere in luce come l'Anima, sempre in qualità di archetipo guida e controparte femminile nell'inconscio dell'uomo, dia il suo contributo e influenza in due tipi di relazione molto stretti e intimi: la relazione terapeutica e la relazione di coppia. Nel primo caso si parla di transfert, nel secondo di proiezione. Come ben sappiamo, tutto ciò che è inconscio viene proiettato, sia le parti positive che negative, e le stesse immagini di Anima ed Animus possono avere sia valenza positiva che negativa, a seconda dell'esperienza che il soggetto ha fatto nel suo rapporto con i genitori.

Il transfert si configura, nella psicologia analitica, come una necessità condizionante per la comprensione ed espressione dell'itinerario analitico tra analista e paziente. La relazione analitica, a maggior ragione per la sua "intimità", è un interscambio reciproco di proiezioni e contro proiezioni (transfert e contro-transfert) di tutte quelle relazioni e legami che fanno parte dell'esperienza del paziente, e di tutti quei vissuti che l'analista, a sua volta, prova e gestisce. Questo "teatro di specchi" che caratterizza il setting di una seduta di analisi junghiana, è fatto di immagini e rappresentazioni che la diade analista-paziente mette sul palcoscenico. Tra le varie rappresentazioni che vengono proiettate ed esternalizzate inconsciamente, ci sono anche l'Anima e l'Animus, ma in questo caso tratterò e darò maggior rilevanza alla proiezione d'Anima da parte di un soggetto maschile verso il suo oggetto di proiezione. Tale oggetto esterno, meta della proiezione, sarà un'analista nel caso della relazione terapeutica, e una ipotetica partner nel caso del legame di coppia. Trattasi in ogni caso di una relazione duale, nella quale però va ad inserirsi un *tertium*, l'Anima appunto, con tutta la sua carica energetica, andando a creare così una triade, una relazione a tre nella quale l'Anima può risultare il "terzo in comodo"

oppure utile “compagna di viaggio” verso quel legame maschile-femminile definito coniunctio (e descritto bene nel testo *Mysterium Coniunctionis* di C.G. Jung), il cui fine è trasformare il “conflitto tra gli opposti” in “unione ed integrazione degli opposti”. Grazie all’Anima e all’Animus, in definitiva, la coppia non è mai sola!

## **LA PROIEZIONE**

Jung sostiene che la proiezione sia un processo inconscio automatico, attraverso il quale un contenuto di cui il soggetto non ha coscienza si trasferisce su un oggetto, in modo da sembrare appartenente all’oggetto stesso. La proiezione cessa però nel momento in cui diventa cosciente, quando cioè il contenuto è visto come appartenente al soggetto.

Il fenomeno della proiezione, sia in analisi che in amore, in quanto meccanismo di difesa, esprime in un certo qual senso un bisogno inconscio di dipendenza da un oggetto esterno, ovvero di riporre la nostra vita, o un pezzo di essa, nelle “mani” dell’altro (A. Carotenuto – *Il gioco delle passioni*). Nel caso della relazione terapeutica è come se la proiezione scarichi inconsciamente il peso ad una persona (l’esperto) che sappiamo può aiutarci a sopportare i nostri fardelli. Mentre nella relazione amorosa, la proiezione esprime il desiderio di appartenere a qualcun altro, al quale affidiamo inconsciamente una parte di noi stessi, sapendo che può accoglierla e contenerla. Ovviamente, senza un’analisi attenta e senza una estensione di coscienza, traspare da questi tipi di rapporti duali un malsano egoismo, frutto invece di dinamiche fuori dal nostro controllo.

## **ANIMA E ANIMUS**

Jung, in *Psicologia e religione*, scrive: “L’Anima è probabilmente una manifestazione psichica di quella minoranza di geni femminili che ha sede in un corpo maschile. Fra le immagini dell’inconscio femminile si trova una figura corrispondente, con equivalente funzione, ma anziché essere l’immagine di una donna è l’immagine di un uomo. Questa figura maschile nella psicologia della donna è stata chiamata Animus. Una delle più tipiche manifestazioni di queste due figure è quella che da lungo tempo chiamiamo “animosità”. L’Anima dà origine a stati d’animo illogici e l’Animus produce luoghi comuni irritanti e opinioni irragionevoli. Entrambe sono figure oniriche frequenti”.

## LA PROIEZIONE DELL'ANIMA

*"Ogni uomo ha dentro di sé da tempo immemorabile l'immaginazione della donna, non l'immagine di questa determinata donna, ma di una determinata donna" (Jung C.G., Il matrimonio come relazione psicologica (1925), in Opere, Vol. XVII, p. 191)*

Come M.L. Von Franz afferma in *"Rispecchiamenti dell'Anima"*, l'Anima e l'Animus sono i due grandi daimones (demoni a volte buoni a volte cattivi) che Jung descrive come i veri fattori creatori di proiezioni nella psiche ( C.G. Jung, Aion, Opere, vol. 9/2). L'Anima s'incarna dapprima nell'imgo materna e poi si rinnova nell'immagine dell'amata o della moglie. Essa è per eccellenza il nucleo che fila il destino nella psiche inconscia dell'uomo, ma costruisce anche un ponte per una esperienza del divino entro la sua psiche personale. Le proiezioni ordite dall'Anima sono molto più difficili da riconoscere rispetto a quelle dell'Ombra; senza una relazione stretta e vivace con una partner non se ne coglie quasi mai la traccia.

La proiezione d'Anima è la potenza che sta dietro ad ogni groviglio amoroso e dietro la maggior parte dei conflitti matrimoniali. L'Anima appare all'uomo come un temperamento o una disposizione irrazionale di cui egli stesso è profondamente inconsapevole o come uno stimolo vitale che lo spinge verso una donna e non verso un'altra e lo induce a questo stile di vita piuttosto che ad un altro, che predispone i suoi sentimenti verso il calore e la gioia di vivere o verso una concezione fredda e spenta, che lo riempie di entusiasmo o di repulsione, che lo induce alla lussuria e al peccato, così come anche lo risveglia a se stesso.

Una delle migliori descrizioni di come un uomo possa essere guidato attraverso il caos della vita prodotto dalla sua Anima, per risvegliarsi alla realizzazione interiore, è data da *Le Metamorfosi* o *L'asino d'oro* di Apuleio di Madaura, mentre il *mito di Amore (Eros) e Psiche* (che allude con velata allegoria al culto di Iside) riassume il travaglio che un uomo e una donna devono attraversare per potersi unire e restare uniti.

Dal momento che, come dice Hillman, *esse in Anima* implica l'essere infusi di Animus (la coniunctio di Anima e Animus nella sigizia) , non si può parlare di Anima senza prendere in considerazione il suo osservatore: l'Animus. A tal proposito, mi sembra doveroso, ai fini di un confronto e maggior chiarezza, sottolineare una differenza sostanziale fra proiezione d'Anima e proiezione d'Animus. Nel primo caso, possiamo affermare, con M.L. Von Franz, che l'Anima di un uomo produce soprattutto proiezioni passive, cioè empatiche, che lo legano agli oggetti, mentre l'Animus, al contrario, produce proiezioni più attive, cioè più giudicanti, che tendono a tagliar fuori la donna dal mondo degli oggetti. In entrambi i casi, comunque, si realizza una

alienazione dalla realtà, poiché le proiezioni empatiche dell'Anima sono di natura illusoria e i giudizi dell'Animus sono spesso non pertinenti.

## **L'integrazione dei contenuti proiettati**

*L'integrazione dell'Anima è riconoscimento della sua natura di archetipo. – C.G. Jung*

Se in un primo momento, Jung sembrava far intendere, ai fini dell'integrazione dell'Anima, ad una letterale depersonalizzazione della stessa, ovvero in una demolizione delle personificazioni, Hillman, attraverso una attenta analisi, ci spiega come lo stesso Jung abbia successivamente precisato e sottolineato essenziale il riconoscimento della natura relativamente autonoma e personificata dell'archetipo Anima. Infatti parla infine di interiorizzazione attraverso il sacrificio, come metodo di integrazione dell'Anima, il quale non richiede necessariamente la sua dissoluzione, che condurrebbe tristemente ad una posizione di brutale rifiuto, diminuzione della vitalità, di flessibilità e di umanità.

L'Anima stessa è avveza a proiettarsi all'esterno. La Von Franz ci ricorda che abbiamo testimonianze di uomini mistici che hanno lasciato resoconti in merito a tentativi di riportare dentro la propria psiche tale proiezione dal mondo esterno. Di contro, seppur nel mondo pagano ci sono documenti che riportano il culto di una grande dea-daimon adorata a fianco di Hermes (una guida psichica, un compagno interiore) tuttora non abbiamo nessun documento in cui una donna abbia sperimentato tale figura come centro della sua natura interiore (*I rispecchiamenti dell'Anima*).

Per quanto riguarda l'atteggiamento di coscienza necessario per comprendere questa proiezione del compagno interiore, si ha una situazione differente rispetto a quella dell'integrazione dell'Ombra, dell'Animus e dell'Anima. Nel caso dell'Ombra è soprattutto una questione di umiltà (una umiliazione morale, una sofferenza), mentre nel caso delle altre due figure si tratta di una comprensione anche parziale delle loro qualità individuali e di un saggio atteggiamento di "vivi e lascia vivere" nei confronti della loro natura sopraffacente. Si tratta di una riflessione (intesa come saggezza e umanità) poiché queste due figure vorrebbero strapparci dalla realtà e renderci assorti nei nostri pensieri. Quando invece cominciano ad apparire personificazioni del Sé, l'io si confronta con la necessità di sacrificarsi, ovvero non può mai integrare il Sé ma solo inchinarsi davanti ad esso e cercare di relazionarsi nel modo giusto, un po' come il rapporto fra l'uomo e Dio, riconoscendo e rimanendo consapevole che il potere al quale si rivolge è sempre più forte. Nell'incontro col Sé emerge una meta che indica la fine definitiva di tutte le proiezioni, cioè la morte. A differenza dell'Ombra, dell'Anima e dell'Animus che possono conferire ad una persona pensieri distorti riguardo se stessa, la riflessione

che proviene dall'archetipo del Sé è genuina. Infatti, in definitiva, la possibilità di integrare contenuti proiettati, non nasce finché i simboli del Sé non cominciano ad apparire.

### **LA PROIEZIONE (TRANSFERT) NELLA RELAZIONE TERAPEUTICA**

La relazione è un fenomeno originario fondativo: l'individuo nella sua singolarità si costituisce sempre nella relazione con l'altro, nel rapporto Io-Tu, e non si sviluppa mai come "monade", nell'isolamento (U. Galimberti, *"Dizionario di psicologia"*).

La psicoterapia è una relazione e in quanto tale implica dinamiche proiettive. Il terapeuta, nel suo lavoro, si trova spesso ad incarnare persone che hanno a che fare con la vita personale del paziente. Tale ambiente accogliente si rende fertile per le dinamiche proiettive transferali, ed apre lussuosamente le porte all'inconscio del paziente, il quale darà libera uscita ai suoi fantasmi interiori, alle sue immagini inconse (tra cui l'Anima, l'Animus e l'Ombra), proiettandole e trasferendole sull'analista, il quale avrà il compito di ospitarle temporaneamente con lo scopo di accoglierle e gestirle.

Dice Jung: "La psicoterapia è un ramo dell'arte di guarire che si è sviluppato e ha raggiunto una certa autonomia solo negli ultimi cinquant'anni"(...) "Ciò perché la psicoterapia non è quel metodo semplice e univoco che in un primo tempo si credeva fosse, ma si è rivelata a poco a poco una sorta di procedimento dialettico, un dialogo, un confronto tra due persone (e tra i loro inconsci). Una persona è un sistema psichico, entra in interazione con un altro sistema psichico".. ( Conferenza del 1935 dal titolo *" Principi in psicoterapia pratica"*, in *Pratica della psicoterapia*, in *Opere*, Vol., XVI ,Torino, Boringhieri, 1981). L'altro, il paziente, è un'individualità unica, "imprevedibile" e "ininterpretabile", di fronte alla quale il terapeuta può, se necessario, scegliere di abbandonare ogni tecnica, ogni presupposto e metodo, per aprirsi ad un procedimento puramente dialettico", proprio come nei dialoghi dei filosofi antichi: *"Il vero eros non comporta la volontà di imporre il nostro modello di vita e le nostre idee agli altri"*( A. Guggenbuhl-Craig, *"Al di sopra del malato e della malattia"*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1987, p.11).

L'approccio di Jung alla psiche ha spostato l'accento dalle vicende pulsionali freudiane alle vicende relazionali, per cui "Transfert" e "Controtransfert" cessano di essere "ostacoli" all'analisi per divenire i "veicoli" della trasformazione psichica di paziente e terapeuta nella relazione analitica (A. Carotenuto, *"La relazione analitica"* in *Trattato di psicologia Analitica*, Utet 1992).

La relazione è il cardine della cura, centrale in tutte le ipotesi psicodinamiche dello

sviluppo psichico dell'individuo, come nella teoria delle relazioni oggettuali, per M. Klein e D. Winnicott, nella teoria di separazione-individuazione della M. Mahler e nel concetto di trasformazione e di guarigione psichica, in C.G. Jung e nei post-junghiani).

“Il mistero del rapporto può essere descritto solo vagamente e non può essere afferrato con l'intelletto(...)Il rapporto comporta sempre qualcosa di creativo. Andare incontro ad una persona in modo creativo significa intessere fantasie su lei, esplorare le sue potenzialità. Le fantasie creative sono attinenti alla sua natura (il paziente) e rappresentano, in forma “simbolico – mitologica”, le sue potenzialità di vita” (A. Guggenbuhl - Craig, *“Al di sopra del malato e della malattia”*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1987, p. 34-35).

Partendo dal presupposto che il fine ultimo di un uomo e di una donna è l'unione, e che un percorso di analisi junghiana è finalizzato proprio all'individuazione, la quale non può realizzarsi senza confronto e relazione fra gli opposti maschile e femminile, scaturisce che l'incontro con l'Animus (per la donna) e con l'Anima (per l'uomo) è un passaggio imprescindibile a tal fine. Questo incontro porta all'estensione del campo della coscienza, la cui estensione porta, nel tempo, alla trasformazione della personalità. Le *Nozze Chimiche* degli alchimisti esprimevano in modo immaginifico il rapporto tra maschile e femminile e, di conseguenza, la spinta all'incontro dei poli separati: violenta attrazione e altrettanto violento conflitto. Le amoroze vicende umane di ogni tempo e paese lo testimoniano.

### **La proiezione dell'Anima in Psicoterapia e nei sogni**

Chiaramente, ci è noto come il luogo preferito dall'Anima, nel quale può esibirsi, travestirsi e sbizzarrirsi, sia il mondo dei sogni, teatro d'élite per le proiezioni. Come ci ricorda M.L. Von Franz, un analista junghiano si trova spesso a dover interpretare sogni nei quali l'Anima stessa si diverte a proiettarsi, sviando il sognatore stesso nell'interpretazione. E' per questo che il delicato compito della interpretazione dei sogni dovrebbe essere sottoposto ad un attento sguardo ed analisi da parte di uno psicoterapeuta. Nel libro *“Il mondo dei sogni”*, la Von Franz riporta il sogno di un paziente nel quale il sognatore stesso vede la moglie che gli ruba la macchina. Il paziente in questione, da sveglia, si convince che nel sogno sia insita una sorta di premonizione, preoccupandosi che la moglie voglia davvero privarlo di qualcosa che appartiene a lui. In questo caso, in accordo con la Von Franz, può essere invece che sia la parte femminile del sognatore stesso che cerca di rubargli l'auto, mentre lui ha erroneamente proiettato questa parte sulla moglie. In questo modo ritiene che sia la moglie ad agire, non sapendo che in realtà è egli stesso che compie, a livello inconscio, tale azione su se stesso. Per una corretta interpretazione, il terapeuta

dovrebbe conoscere bene la situazione coniugale e stabilire se interpretare il sogno su un piano oggettivo o soggettivo. Secondo la Von Franz, l'85% dei sogni ha carattere soggettivo.

## **Il complesso materno e la proiezione dell'Anima**

In una intervista alla stessa Von Franz, quando le viene chiesto quali siano le radici del complesso materno rimosso nell'inconscio maschile, la cui immagine di Anima verrà poi proiettata all'esterno, lei risponde che un forte complesso materno si sviluppa quando la madre è il genitore che lascia nel figlio la maggior impronta di sé. A livello clinico, è importante sapere che ogni uomo sviluppa un complesso materno sia esso positivo o negativo, e che in questo non vi è nulla di patologico. Nel lungo lavoro clinico dell'analista svizzera, si riconosce la madre divorante in quelle donne iperprotettive coi figli al punto di decidere per loro se la donna che frequentano sia giusta o sbagliata. L'uomo con un complesso materno divorante è inchiodato a fantasie sessuali, perde la sua efficienza maschile e passa ore a sognare ad occhi aperti le donne e le possibili avventure romantiche. Vive insomma in una vita irrealista, fatta di illusioni e proiezioni. In questo caso, continua la Von Franz, l'uomo può idealizzare le donne vedendole come la Beatrice dantesca, oppure essere vittima di una scissione dell'Anima, ammirando a distanza una fanciulla inavvicinabile e sublime, ma soddisfare i suoi desideri sessuali con le prostitute, non riuscendo così a vivere i due aspetti in una sola donna. E' qui che ritengo utile sottolineare l'aspetto duale imprescindibile dell'Amore, il quale implica da un lato un ideale spirituale e romantico, e dall'altro la spinta biologica verso la continuazione della specie. Ma l'uomo che non è mai riuscito a liberarsi dalla madre non può mettere insieme la principessa e, per così dire, la puttana.

## **La psicoterapia come rito di iniziazione e transizione verso il cambiamento**

La psicoterapia al lavoro coi complessi materni può, in questo senso, essere vista a pieno titolo come i riti di iniziazione tipici delle cosiddette società primitive nelle quali si aiutava il giovane maschio a lasciare la madre ed introdursi nella vita adulta. Il momento di distacco dalla casa d'origine e dalla madre è una fase delicata, un momento di cambiamento e transizione. Per questo, la psicoterapia ha il dovere di servire da strumento capace di aiutare il paziente uomo in questa sua fase di transizione. Come la storia ci insegna, il rito ha sempre avuto una vera e propria funzione terapeutica, ed è a tutti gli effetti un gesto di guarigione. I riti sono rappresentazioni simboliche che risanano le ferite della psiche e aiutano a compiere le grandi transizioni esistenziali. Senza riti è difficile fare il passo, in quanto il rito stesso aiuta ad ammorbidire, per così dire, il passaggio da una situazione nota ad una ignota, chiudendo col passato e ristabilendo un equilibrio per affrontare il

futuro e una nuova vita. Per continuare con il parallelismo rito-psicoterapia, in mancanza di riti i sogni possono essere di grande aiuto, sostituendo appunto il rituale.

## **Il ritiro delle proiezioni e l'allontanamento dall'Imago materna**

Nel lavoro psicologico succede che quando una persona ritira le proiezioni che l'accecano e la intrappolano nelle relazioni con il suo ambiente umano, proprio allora emerge una relazione genuina, più profonda, non più radicata in stati d'animo egoistici, aspirazioni o illusioni, ma in un sentimento di comunanza con l'altro attraverso un principio assoluto, oggettivo. Ciò è ben espresso nella Brihadaranyaka-Upanishad: "non è per amore del marito che si ama il marito, ma il marito si ama per amore del Sé; non si ama la moglie per amore della moglie, ma la moglie si ama per amore del Sé".

Jung in *"La psicologia della traslazione"* esplicitò che sono quattro le figure che prendono parte ad ogni confronto più profondo tra uomo e donna, i due lo consci e l'Animus e l'Anima. Questo per ricordare il concetto di quaternità, di spiritualità, il che si collega con il principio di individuazione del Sé che avviene nell'unione tra uomo e donna. Infatti, come tiene a sottolineare Jung, i legami con altre persone sono prodotti dal Sé. Questa viene per l'appunto descritta come la *funzione sociale del Sé*. Ogni persona raccoglie intorno a sé la propria "famiglia dell'anima", un gruppo di persone non creato per caso o per pure motivazioni egoistiche, ma attraverso un interesse o coinvolgimento più profondo, più essenziale: *l'individuazione reciproca*. Mentre le relazioni puramente basate sulla proiezione sono caratterizzate dalla fascinazione e dalla dipendenza magica, questo tipo di relazione, attraverso il Sé, ha qualcosa di rigorosamente oggettivo, di stranamente transpersonale. Fa nascere un sentimento di "essere insieme" immediato e fuori dal tempo. Il comune legame sentimentale, continua Jung, contiene sempre proiezioni che devono essere ritirate se si vuole pervenire a se stessi e all'oggettività. La conoscenza oggettiva sta al di là della relazione affettiva.

"Se il confronto con l'Ombra è, per così dire, opera da apprendista, il confronto con l'Anima è dunque opera da maestro" (M.L.Von Franz). Nel caso dell'Anima (e dell'Animus) quindi si tratta di fatti psichici, che non sono mai stati in possesso dell'uomo, ma che sono quasi sempre al di fuori del campo psichico, fattori scatenanti la proiezione per eccellenza, registri di universi che ci affascinano e ci imprigionano, dai quali progressivamente ci distacciamo via via che la presa di coscienza e il processo di individuazione si approfondiscono. Queste proiezioni possono scomparire solo quando l'individuo capisce che "ogni madre e ogni amata è



la portatrice, l'incarnazione di questo pericoloso miraggio, di questa immagine riflessa, propria alla più profonda natura dell'uomo". Lo sviluppo dell'uomo passa quindi attraverso la separazione dell'Anima dalla Grande Madre, con la quale essa resta spesso confusa fino all'età adulta".

## **LA PROIEZIONE D'ANIMA NELLA RELAZIONE AMOROSA E DI COPPIA**

*"Se è vero che il cammino della nostra esistenza si snoda lungo un continuum di esperienze trasformatrici, fra esse quella amorosa rappresenta la più rivoluzionaria".*

*A. Carotenuto*

Come sottolinea Jung: "Anima e Animus non compaiono solo in forma negativa ma appaiono anche come fonti dell'illuminazione, come messaggeri e mistagoghi". È quindi grazie alle proiezioni, che queste immagini trovano modo di "incarnarsi". L'Anima è un fattore della massima importanza nella psicologia maschile, ovunque intervengano emozioni e affetti.

### **L'uomo alla ricerca della sua Anima**

Ad un certo punto del suo cammino verso la realizzazione, capita spesso che l'uomo si senta incompleto, e con le sue aspettative si mette così in cammino alla ricerca della sua amata, proprio come molti miti ci ricordano. Come ben illustrato nel libro *"Il gioco delle passioni"* di Aldo Carotenuto, spesso capita che l'uomo vada alla ricerca della sua stessa Anima, ovvero della rappresentazione di Anima che ha dentro di sé, finendo per proiettare così una idealizzazione e dare nutrimento al proprio complesso materno, con tutti i bisogni di accudimento, attenzione e protezione che lo accompagnano. Accade per esempio che per anni si è cercato invano l'abbraccio di una madre, e quest'uomo, cresciuto col senso di abbandono, si affida totalmente a quella donna che lo accoglie a braccia aperte, finendo per credere che sia lei la sua giusta e dolce metà. Si instaura così un ambivalente miscuglio di sentimenti di odio e amore, di cui l'uomo non è affatto consapevole. Ma come A. Carotenuto ci spiega e dimostra nel suo testo, è proprio sulla coscienza di questa duplicità che si può fondare il rispetto nel rapporto con l'altra. E' quindi la coscienza della propria Ombra che getta le basi del vivere relazionale.

### **Come agisce la proiezione d'Anima dell'uomo sulla donna?**

C.G. Jung afferma che l'Anima è sempre pronta al salto, a proiettarsi alla prima occasione, non appena un essere femminile produrrà un'impressione tale da riuscire a far breccia nell'uniformità della routine d'ogni giorno. Accadrà allora quello che provò Goethe con Charlotte von Stein e si rinnovò nelle figure di Mignon e di Margherita.

La Von Franz in *I rispecchiamenti dell'Anima*, sostiene che quando un uomo proietta la sua Anima su una donna e s'innamora di lei, si mettono in moto due correnti d'energia. L'innamorato percepisce direttamente i dardi della passione e vede in colui che li scaglia, il dio Eros (Amor; Cupido), un simbolo del Sé. Un'altra corrente di energia "attiva" nel suo inconscio l'imgo dell'Anima e la proietta sulla donna esterna, che diventerà così immediatamente affascinante per l'uomo. Perché avviene questa deviazione attraverso l'oggetto esterno? Possiamo pensare, per usare una metafora della Von Franz, al raggio di luce che per natura non segue una traiettoria lineare diretta. Per dirla in altri termini, è come se esistesse un materiale impermeabile tra la coscienza e l'immagine dell'Anima nell'inconscio, il quale ostacola la percezione psichica non mediata dell'immagine dell'Anima.

Nelle esperienze amorose maschili, la psicologia di quest'archetipo si manifesta o nella forma di sconfinata fascinazione, sopravvalutazione e accecamento oppure nella forma di misoginia (avversione nei confronti delle donne) in tutte le sue gradazioni e varietà: fenomeni per nulla spiegabili con la natura reale degli "oggetti" in questione, ma solo con una traslazione del complesso materno (vedi quello che A. Carotenuto chiama il "fantasma interiore"). Infatti, come ci ricorda Marie Louise Von Franz grazie alla sua esperienza clinica, la caratteristica tipica dell'Anima dell'uomo è determinata dalla madre del soggetto, nel quale si osserva frequentemente che la sua Anima appare come una derivazione o come una versione ringiovanita dell'immagine materna. Nella proiezione, l'Anima ha sempre una forma femminile con determinati attributi. Questa constatazione empirica non significa però che anche l'"archetipo in sé" sia fatto così. La sизigia di maschile e femminile è solo una delle possibili coppie di opposti, anche se è una delle più importanti sul piano pratico e perciò più frequenti. (Sull'archetipo, con riguardo al concetto di Anima, Opere, vol. IX/1)

### **Anima come fantasma interiore**

Come da me accennato in precedenza, anche A. Carotenuto parla di un terzo con cui la coppia si trova a doversi confrontare, e lo chiama "fantasma interiore". Esso è lo specchio e riflesso delle proprie scelte sentimentali, ci seduce e va al di là delle peculiarità della persona in questione. Si dice che ogni donna cerca nel suo partner l'immagine del padre o, viceversa, ogni uomo recupera nel rapporto di coppia l'impronta caratteriale della madre. Stando così le cose, a partire da quello che è il

rapporto affettivo, formativo della nostra esistenza, tutte le nostre scelte sentimentali ricadrebbero nella ripetizione e nella ricerca di un unico modello, quello genitoriale, e nel nostro partner non faremmo altro che rivivere il fantasma di quel "primo amore". E' innegabile che questa prima esperienza lascia un'impronta in termini di apprezzamento o di rifiuto e, in entrambi i casi, saremo tentati di ripetere tale esperienza. Se il primo rapporto è stato soddisfacente aspireremo nuovamente a quella completezza, ma se invece è stato frustrante, costituisce una sorta di trauma che la psiche non può che riproporsi, nel tentativo di superare nella ripetizione l'ostacolo. Questo è il caso di quelle persone che immancabilmente finiscono sempre per gettarsi in storie impossibili. Sta di fatto, che al di là del tipo di rapporto "simulato", ogni uomo si confronta con una mancanza, con il fantasma di ciò che non c'è più e che si vorrebbe ricreare. Da questo punto di vista si può dire che nella coppia si è in quattro, i due partner e i rispettivi fantasmi (Anima e Animus) che trovano consistenza nella serie di proiezioni che l'uno versa sull'altro. Il tipo di proiezioni e di fantasmi che il nostro partner incarna possono essere il motivo della nostra suscettibilità a quell'individuo piuttosto che a un altro; sono all'origine di una attrazione, della seduzione, ma non possono a lungo andare non tener conto anche della specificità che ogni uomo rappresenta. Nessun rapporto potrà mai essere la ripetizione sovrapponibile di un altro, c'è sempre un certo margine di differenziazione, ed è proprio in quella discrepanza che si situa la nostra possibilità di crescita e maturazione affettiva che portano alla cosiddetta individuazione.

In linea col pensiero dell'astrologo André Barbault, Enzo Barillà studioso e seguace di Jung, scrive: "l'innamoramento è caratterizzato da un processo psichico essenziale, la proiezione, che il soggetto effettua sulla persona amata, la quale ne assume così i suoi ideali e le sue aspirazioni".

Lo stesso A. Barbault scrive: "la dinamica amorosa risiede nell'attrazione esercitata tra l'immagine ideale di uomo portata dalla donna nel suo profondo (la sua componente maschile inconscia) e l'immagine ideale di femminilità portata dall'uomo nel centro del cuore (la sua componente femminile inconscia)".

Uno dei massimi esponenti junghiani studiosi di Anima è lo psicologo *James Hillman*, il quale sostiene che per apprezzare fino in fondo il contributo di Jung alla psicologia del sentimento come funzione, bisogna partire da Anima come dominante etnica ancestrale da un lato e, dall'altro, come costellazione individuale e destino. Nessuno dei due aspetti è tuttavia umano, ma proprio questa qualità inumana è il dono di Anima al sentimento (in quanto funzione razionale). (J. Hillman, *Anima*).

Lo stesso Hillman continua scrivendo: "Tutto quello che l'anima tocca diventa numinoso, cioè incondizionato, pericoloso, soggetto a tabù, magico" (*Opere*, 9, p.26). "L'anima è bipolare e può quindi apparire ora positiva ora negativa, ora

giovane ora vecchia, ora madre ora fanciulla, ora fata ora strega, ora santa, ora prostituta" (ibidem p:193).

Ma questa figura così onnipresente e controversa, che nonostante il profumo apparentemente dolce che emana, l'aspetto luminoso che mostra, il suono soave che emette, incute anche timore e soggezione, dove e come s'insinua nell'uomo? E' attraverso le figure oniriche, le emozioni, i disturbi somatici, le fantasie e le proiezioni ossessive degli uomini che l'Anima si rivela quale "seduttrice affascinante, possessiva, mutevole e sentimentale.. che intensifica, esagera, mistifica e mitologizza tutte le relazioni emotive..." (Jung C.G., *Aion*, in Opere, Vol. IX, p 251).

### **La proiezione come illusione**

La famosa analista junghiana Esther Harding afferma che la donna-Anima deve trovare il suo principio superpersonale non in un ideale intellettuale, ma in un'esperienza più profonda della sua natura che la metta in contatto con la peculiare spiritualità della donna, col principio femminile stesso. Jung ha usato il vecchio concetto filosofico greco di Eros per esprimere questo principio femminile contrapposto al Logos che è il principio maschile che presiede alla conoscenza.

Nella vita di tutti i giorni noi vediamo comunemente casi di sostituzione dell'Io con un valore più alto. Il nuovo orientamento psicologico che ne deriva si manifesta in un certo cambiamento che ha luogo nell'atteggiamento della donna. Prendiamo per esempio il caso dell'ispiratrice, della "Musa": i doni della vita confluiscono in lei, gli uomini l'hanno adorata, l'hanno innalzata su un piedistallo e le hanno attribuito una sapienza quasi divina. Come la donna-Anima in generale, essa ha ben pochi atteggiamenti definiti o punti di coscienza che del resto non potrebbero che disturbare la proiezione dei contenuti inconsci dell'uomo. Come un profondo stagno d'acqua essa non fa che riflettere ciò che appare sulla riva; tuttavia l'uomo vede in lei immagini e figure ben determinate come a volte si scorgono immagini nelle nuvole e nel fuoco. E' chiaro che quelle immagini non si presentano come nella materia plastica, ma mutevoli nei contorni e nelle forme, cosicché all'osservatore possa manifestarsi il senso dei simboli del suo inconscio. In tal modo nell'ispiratrice (in quanto plasmabile e inconscia), l'uomo scorge il riflesso dei suoi pensieri inconsci e indefiniti, i quali gli divengono accessibili solo attraverso l'agitarsi di quell'istinto risvegliato dall'attrazione verso la donna. Gli uomini, solitamente, non si rendono conto di tali dinamiche, e si auto-ingannano sulla parte che la donna ha nella loro ispirazione. Essi le attribuiscono una funzione molto più attiva di quella che in realtà lei non sia capace di svolgere.

Certe donne che invece hanno superato lo stadio egocentrico, sono particolarmente adatte alla parte di ispiratrici, per il contatto che hanno con le profondità del loro essere. La donna che ha raggiunto la coscienza è in grado di portare all'uomo amato le verità nascoste della vita, poiché vive in concreto la sua esperienza interiore; non potrebbe scrivere lei stessa il libro o dipingere il quadro che l'uomo crea mosso dalla relazione con lei, ma essendo in contatto con la sua verità interiore (che è allo stesso tempo verità di vita e di relazione), può aprirgli la strada. Questa donna non appartiene alla categoria di quelle che non sono altro che Anima, con il solo movente inconscio di trattenere l'uomo; al contrario essa dà del suo sé perché è un'Anima "redenta", redenta dalla schiavitù degli istinti biologici e dei motivi egoistici.

Nella relazione con una donna ispiratrice l'uomo trova l'ispirazione a creare. Per lui frutto dell'amore è l'ispirazione. Spesso egli si attende che lei guardi alla sua opera sotto questa luce. Ma se farà così, essa volgerà la sua attenzione alla cosa, al frutto della relazione, manterrà la relazione con il fine di ottenere certi risultati, e questo è un atteggiamento di potenza: vuol dire che essa non cerca appagamento alla buona fonte, perché per lei frutto dell'amore e sua creazione è la relazione, ed è in questa che deve trovare soddisfazione e pienezza, non in un qualunque bene che possa derivarne. Il valore sovra personale, per lei, è la relazione.

Aldo Carotenuto in *"Il gioco delle passioni – dinamiche dei rapporti amorosi"* ci pone davanti ad un altro noto "problema di Anima" nell'uomo, ovvero, tutt'oggi l'Anima (in quanto esteta aggiungo io) crede spesso nell'idea che bellezza e bontà procedano di pari passo. Un uomo di questo tipo non può credere che una donna bellissima possa essere anche stupida o avere un carattere inadeguato, e di conseguenza farà spesso cattive esperienze amorose.

### **La seduzione come proiezione**

Per quanto riguarda la "coppia", lo stesso A. Carotenuto ritiene doveroso distinguere tra seduzione e relazione, ovvero tra quello che denomina il binomio illusione-realtà. E dato che di proiezione stiamo dissertando, quale miglior dimostrazione di essa, se non la dimensione della seduzione e le sue molteplici dinamiche? Infatti, tali dinamiche vengono alimentate soprattutto da fantasie, illusioni, da un gioco di sogni e apparenze. La seduzione si basa sulla creazione di un "feticcio" che tuttavia è rappresentato e incarnato dall'immagine della persona desiderata. Diverso è invece il discorso sulla relazione, dove l'accettazione e il riconoscimento realistico dell'altro sono i pilastri portanti del rapporto. La relazione, quindi, consiste in una rinuncia a un ideale utopico della persona amata e a una

dimensione di totalità, aspirazione di tutti, ma più che realtà dovrebbe essere considerata un mito. Tuttavia, affinché nella coppia possa instaurarsi una degna relazione, è necessario che almeno per una breve parentesi essi siano stati travolti dal vortice della seduzione. La nostra Anima infatti non può nutrirsi solo di dati concreti e di verità oggettive, ma necessita anche e soprattutto di fantasie e illusioni.

### **Inflazione e perdita dell'Anima**

La proiezione, oltre alle vicissitudini che si trascina di per sé, presenta anche il problema dell'attribuzione. Nel caso di una attribuzione inesatta di un determinato comportamento al soggetto, egli può subire *l'effetto dell'inflazione*, il che lo porta a sentirsi gonfio, "troppo in alto", fino alla megalomania. Mentre se si manca di attribuire al soggetto un contenuto che gli appartiene, si verifica l'opposto, ovvero una *perdita di Anima*, con il conseguente calo depressivo o ancor peggio, il contenuto scartato riappare in una nuova proiezione nell'ambiente dell'individuo, come accade a Don Giovanni che va alla caccia di una donna dopo l'altra nella sua ossessiva ricerca dell'unica immagine interiore di donna (Anima), per realizzare in fondo, nel momento del contatto, che essa "non c'è". Oppure altre persone non si rendono conto della loro Ombra e incontrano sempre la loro "bestia nera" ovunque vadano e ingaggiano con essa una lotta di potere che segue un andamento stereotipato. Tali ripetizioni stereotipate di situazioni o dipendenze esagerate appartengono a certi disturbi dell'adattamento che segnalano l'opportunità di ritirare la proiezione (*I rispecchiamenti dell'Anima*).

Tuttavia, un piccolo possibile segnale per capire se l'uomo non ha sviluppato la sua Anima, il suo lato femminile, è un eccessivo narcisismo. La donna avverte, in questo caso, che l'uomo è innamorato delle sue stesse fantasie, egli ama il fatto di essere innamorato, ma ciò è lontano dall'imparare ad amare lei senza limitarsi a godere del fatto di essere innamorato. Si tratta di una sorta di auto-erotismo.

### **CONCLUSIONI**

Se ne può trarre, in definitiva, che il risultato auspicabile dell'analisi del transfert con un paziente "posseduto" dalla fascinazione dell'Anima, sia trasformare l'Anima stessa da fattore di proiezione a funzione di relazione tra la coscienza e l'inconscio.

Simone Weil scrive: "il linguaggio dell'Anima non è il linguaggio del corpo e non è nemmeno il linguaggio della ragione astratta e cartesiana. Il linguaggio dell'Anima

tende a nascondersi e a sottrarsi agli sguardi crudeli dell'apatia e dell'indifferenza, della ebbrezza e della gelidità del cuore. Lo si coglie solo con l'intuizione".

L'Anima si manifesta attraverso scossoni o attraverso lente rivelazioni, ma sempre e comunque in silenzio, come il saggio inconscio le detta. Un silenzio, che all'interno di un dialogo, sia esso terapeutico o amoroso, per dirla con le parole di Zambrano M., "si fa vaso, atto a recepire la parola definitiva e a conservarla senza che svanisca né si versi, in quanto esiste la moltitudine delle parole (parole illusorie, chiacchiere..) che hanno perso qualità e quel minimo silenzio necessario a sostenerle e farle apparire".

E' implicito in queste due citazioni, come io ritenga essenziale, ai fini di una espressione autentica di se stessi nel rapporto duale, quel filo diretto che tiene il rapporto dialettico (e dialogico). Un filo, che per essere steso, ha bisogno che entrambe le parti s'impegnino a srotolarlo. Solo così può passare quella comunicazione sottile inconscia che permette l'interpretazione (del transfert, nella relazione terapeutica) e la comprensione (della proiezione, nella relazione di coppia), con il risultato che le dinamiche interattive vengano elaborate e le proiezioni ritirate, per lasciar posto ad un rapporto sano.

## **BIBLIOGRAFIA**

Rispecchiamenti dell'Anima – Marie Louise Von Franz

Il mondo dei sogni - Marie Louise Von Franz

Il gioco delle passioni. Dinamiche dei rapporti amorosi – Aldo Carotenuto

Le intermittenze del cuore – Eugenio Borgna

Anima – James Hillman

Il matrimonio come relazione psicologica – C.G. Jung

Esther Harding – articolo sull'Anima

Psicologia della traslazione – C.G. Jung

Jung e la creazione della Psicologia moderna – Shamdasani

La relazione analitica – Aldo Carotenuto

Mysterium Conjunctionis - C.G. Jung

Dizionario di Psicologia – U. Galimberti

Aion in Opere Vol. IX– C.G. Jung