



Corso di Psicologia Comparata

Vincenzo Tallarico

“Immagini dell' individuazione”

“Attraverso la presa di coscienza e l'elaborazione delle energie che risiedono nella psiche più profonda da sempre, pur in epoche e luoghi diversi, tutti gli esseri realizzati hanno ricevuto ispirazione per poter raggiungere la propria vera natura e portare beneficio agli altri”





Il Corso si articola nei seguenti tre moduli annuali, per ciascuno dei quali sono previsti circa sei incontri.

- **Immagini dell'individuazione**
- **La ricerca dell'eroe dentro di noi**
- **Il mondo come sogno**

Essi guideranno alla comprensione della psicologia analitica di Carl Gustav Jung, con una attenzione particolare rivolta allo sviluppo psicologico dall'infanzia fino alla maturità e alla vecchiaia, ed al confronto con la morte, in un **processo evolutivo** che viene definito da Jung "**di individuazione**", ovvero "lo straordinario esperimento di prendere coscienza di sé, che la natura ha affidato all'umanità e che unisce le più diverse culture in un compito comune".

Nell'ottica di offrire ai partecipanti gli strumenti per poter realizzare al meglio questo processo, il Corso propone **un approccio comparativo tra tecniche e metodologie occidentali e orientali**, in particolare tra il sistema di pensiero di Jung e quello della tradizione buddhista.

Insieme proveremo a scoprire simmetrie con il "**Sentiero verso l'Illuminazione**", il Lam Rim della psicologia buddhista, inteso come via per la trasformazione della mente da stati egoici-narcisistici alla realizzazione ultima, passando dalla comprensione dei tre aspetti fondamentali del Sentiero: il lasciare andare la sofferenza; la compassione; la saggezza.

Jung stesso, con la sua ricerca multidimensionale, contribuì a sfatare i pregiudizi e la presunzione degli occidentali riguardo all'Oriente, spiegando le comuni e universali basi psicologiche degli antichi simboli presenti nelle culture orientali, ciò che Jung definì gli *archetipi*. Egli mostrò all'Occidente l'immensa vastità della psiche e l'importanza di arrivare alla integrazione e alla piena consapevolezza di sé, il "**conosci te stesso**" dei filosofi greci. Questo ottenimento per Jung non è fine a se stesso ma si traduce in una solida etica di fratellanza e solidarietà, diventando il principale compito di ogni essere umano.

Questo percorso insieme intende avere soprattutto **una prospettiva esperienziale** e non meramente accademica, anche se non mancheranno momenti di studio e di riflessione collettivi.

I seminari si avvarranno inoltre dell'ausilio di materiale visivo, di **tecniche di meditazione e di trasformazione dei problemi ricavate dalla tradizione buddhista mahayana**, ma anche del potenziamento della nostra capacità immaginativa, dell'interpretazione dei sogni, di attività creative quali l'uso dei colori e della creta .

Il Corso si rivolge a tutti coloro che sono interessati ad approfondire la loro conoscenza interiore, o che svolgono attività professionali in ambito sociale, assistenziale, clinico, nonché legale e manageriale, e che potranno quindi utilizzare le tecniche di comprensione della propria psiche nel loro lavoro quotidiano a contatto con gli altri.

Alla fine di ciascun anno verrà organizzato un convegno che vedrà diversi studiosi e sperimentatori del campo confrontarsi e analizzare sotto diverse prospettive gli argomenti studiati.

I seminari potranno anche essere seguiti singolarmente e in tal caso l'inserimento sarà comunque agevole, grazie al carattere monografico degli argomenti trattati.

Per ogni anno frequentato, e a seguito della presentazione di un elaborato personale, il corsista ne riceverà certificazione.



PROGRAMMA DEL CORSO

1° ANNO

L'obiettivo di questi seminari è di dare la possibilità ai partecipanti di comprendere e sperimentare una serie di *immagini archetipiche* che hanno la potenzialità di portare nuovo valore e significato alla vita.

Secondo la psicologia junghiana ogni individuo possiede la naturale attitudine a realizzare ciò che "autenticamente" è, analogamente ad una pianta che cresce spontaneamente verso la luce.

Naturalmente compito di ognuno sarà quello di fornire le condizioni necessarie affinché tale processo, definito da Jung "di individuazione" possa compiersi. Tale sviluppo può aver luogo solo se l'io abbandona le usuali e nevrotiche dinamiche di autogratificazione e riesce a contattare le energie archetipiche sconosciute, che possiamo anche chiamare "le voci degli dei" della nostra psiche, per stabilire con esse una relazione matura.

Con questo obiettivo il Corso si propone di **offrire ai partecipanti una metodologia di ricerca che si avvale di esperienze di meditazione e trasformazione dei problemi appartenenti alla tradizione buddhista mahayana**, allo scopo di trasmettere una visione più ampia della mente, non certo per operare una forzata sintesi sincretistica.

Nella sua opera monumentale Jung prova a definire quell'area estremamente profonda e misteriosa dell'animo umano che si esprime attraverso un linguaggio simbolico, usando una struttura ricorrente nei miti arcaici e nelle religioni. L'argomento di ricerca della sua psicologia analitica si estende a diversi campi oltre quello strettamente psichiatrico e psicologico, quali l'antropologia culturale, la storia delle religioni, l'interpretazione psicologica dei miti e delle favole. Sulla base di queste ricerche Jung si rese conto che si ripropongono spesso simboli comuni a tutta l'umanità. Essi rappresentano quindi una "struttura di base" della mente, pur manifestandosi con modalità diverse in relazione alla diversa tipologia e allo sviluppo storico dei vari popoli o individui. Queste immagini simboliche ricorrenti vengono definite da Jung "*archetipi*", termine con cui nell'antica Grecia venivano definiti i "modelli primigeni", le strutture di base della psiche.

E' importante sottolineare come tali archetipi non sono direttamente percepibili, ma possono essere esperiti solo attraverso le "*immagini archetipiche*". Per Jung gli archetipi sono organi che strutturano il comportamento umano fisico, psichico e spirituale, e sono radicati nella sfera istintuale, dove corpo e psiche si uniscono nell'*Unus Mundus* originario, potremmo dire "in unità inscindibile psicosomatica".

Questa zona dell'inconscio è considerata da Jung "collettiva" in quanto comune a tutta la specie umana.

L'intero corso prevede una durata di tre anni, strutturati come segue.

• Immagini dell'individuazione

Il programma relativo al primo anno di corso esaminerà in sequenza le seguenti funzioni psichiche:

1) l'Io e la Persona	7/8/9 Febbraio 2003
2) l'Ombra	11/12/13 Aprile 2003
3) l'Animus	12/13/14 Settembre 2003
4) l'Anima	19/20/21 Dicembre 2003

In sintesi, una volta che si è realizzato un 'Io' sufficientemente stabile e flessibile, si ha la capacità di relazionarsi al mondo tramite un ruolo sociale, definito da Jung 'Persona'.

L'individuo potrà proseguire nella sua evoluzione psichica a patto che riesca a relazionarsi con il mondo, e quindi a non subire tutto ciò che è dannoso al proprio sviluppo, **accettando e trasformando i lati 'ombra' che sono dentro di sé, ma vengono proiettati su nemici esterni.**

Il passo successivo sarà quello di relazionarsi con il lato più oscuro e dimenticato di noi, quello che è il femminile per l'uomo e il maschile per la donna: rispettivamente *anima* e *animus*. Solo lasciandosi guidare da queste immagini ulteriori l'uomo e la donna potranno contattare il Sé, il centro della psiche dove tutto è pace e armonia e da cui si può ricavare un autentico senso per la vita.

Questo modello di pensiero è speculare e integrabile con il 'Lam Rim', il Sentiero Graduale verso l'Illuminazione, come viene esposto nella scuola di Lama Tzong Khapa, che propone un metodo analogo al percorso appena descritto.

Si può anticipare che verranno presi in esame la concezione della vacuità dell'Io, il lavoro per eliminare i difetti mentali, l'energia illuminata della rappresentazione femminile dei Buddha (Tara) e dell'aspetto maschile (Manjushri), la natura di Buddha che è presente in ciascuno di noi.

Testi consigliati:

C.G. Jung, "*Gli archetipi e l'inconscio collettivo*", Boringhieri 1976, op. compl. vol. IX;

H.H. Dalai Lama & Howard C. Cutler, "*L'arte della felicità*", Mondadori 2000;

Lama T. Yeshe & Lama Zopa, "*Il potere della saggezza*" Chiara Luce Ed.



2° ANNO

- **La ricerca dell'eroe dentro di noi**

Il Corso ha lo scopo di **contattare il potenziale creativo latente nella psiche profonda**, una sua funzione eroica che si sviluppa evolutivamente nel confronto con diverse immagini archetipiche, come in un viaggio dentro noi stessi per scoprire obiettivi e senso dell'esistenza, **sviluppando l'intelligenza emotiva, ossia la capacità di risolvere problemi di tipo emozionale.**

Il percorso si sviluppa attraverso l'incontro con sei diversi personaggi archetipici:

- 1) l'Innocente
- 2) l'Orfano
- 3) il Viandante
- 4) il Guerriero
- 5) il Martire
- 6) il Mago

Ai partecipanti verrà chiesto di scrivere a casa, fra un incontro e l'altro, considerazioni mitobiografiche che potranno poi essere condivise in gruppo o solo con il Docente.

Testi consigliati

C. Pearson, "L'eroe dentro di noi", Astrolabio 1990;
C.G. Jung, "Ricordi, sogni, riflessioni", Rizzoli Ed. 1978;
C.G. Jung, "L'uomo e i suoi simboli", Longanesi 1980;
Thich Nhat Han, "Vita di Siddharta il Buddha", Ubaldini Ed. 1992;
Lama T. Yeshe, "Buddhismo in occidente", Chiara Luce Ed. 1990.

3° ANNO

- **Il mondo come sogno.**

In molte civiltà antiche, il pensiero che questo universo possa essere un grande sogno ha da sempre affascinato i filosofi.

Nei buddhismo in particolare si è venuta ad elaborare una particolare visione filosofica della realtà ultima, quella della "vacuità" la cui esperienza è quel supremo obiettivo che si realizza quando si diviene spontaneamente consci del fatto che **ogni fenomeno è percepito in modo ingannevole a seguito delle proprie proiezioni**, e si arriva invece a comprenderne la natura autentica.

Le percezioni errate sono causate dal karma e dai difetti mentali, in termini psicologici dai 'complessi autonomi a tonalità affettiva', che sono sentimenti incontrollati: più siamo in preda a visioni infantili, più le aspettative nei confronti del mondo saranno esagerate e le delusioni cocenti.

Le realizzazioni spirituali si hanno quando le proiezioni vengono ritirate e la realtà appare come effettivamente è.

I temi del programma sono:

- 1) il mondo come sogno
- 2) il Mandala: l'ordine cosmico dentro e fuori di noi
- 3) il loto e la rosa: comparazione fra simbolismo orientale ed occidentale
- 4) psicologia e simbologia della luce interiore
- 5) il sacrificio: dallo stato narcisistico allo sviluppo di un buon cuore; un modello evolutivo
- 6) il risveglio: psicologia dell' Illuminazione

Testi consigliati

J. Campbell, "Le maschere di Dio", vol. I,II,III,IV, Oscar Mondadori 1992;
J. Campbell, "Le figure del mito", Red. Ed. 1991
C.G. Jung, "Psicologia e religione", Boringhieri 1979, op. compl. vol. XI;
S. Larsen, "L'immaginazione mitica", Interno Giallo Ed. 1992;
"Bodhisattvacharyavatara", Chiara Luce Ed. 2001.