

Perls e Jung

Riccardo Zerbetto

Dal Giornale storico del Centro studi di Psicologia e Letteratura (fondato da Aldo Carotenuto), n. 12, aprile 2011. *Parole chiave: archetipi – gestalt – lavoro sul sogno – psicologia archetipica*

Nel caso di Perls è dato riscontrare una esplicita preclusione nei confronti di Jung quando nel suo primo libro *L'Io, la fame e l'aggressività*¹, in modo esplicito contesta *l'eccessivo allargarsi su temi dubbi*” da parte di Jung e Rank nonché il **“vagare nelle regioni del misticismo – a proposito di Jung – con il suo speciale sviluppo della teoria della libido e la sua concezione sull'Inconscio collettivo.**

D'altra parte, seppure non siano rintracciabili in Jung riferimenti espliciti alla figura e all'opera di Perls, è possibile tuttavia ritrovare alcuni spunti espliciti fatti da Hillman che del pensiero junghiano può indubbiamente considerarsi uno dei maggiori interpreti quando, citando espressamente la Gestalt (ma confondendo tuttavia “psicologia” con “terapia”) afferma come *Lo sforzo per differenziare l'immaginale in epoca moderna ha inizio nel 1916 con l'“immaginazione attiva”, il metodo ideato da Jung per impegnare le persone della psiche in un dialogo diretto. Da allora, altri in psicoterapia hanno seguito questa strada: basta pensare alle tecniche messe a punto da Desoille, Leuner, Assagioli e Gerard, e all'approccio al sogno della psicologia della Gestalt. Il merito di tali discipline sta nel fatto che esse incoraggiano l'esplorazione del mondo interiore e riconoscono l'esistenza delle nostre molte parti*².

La citata espressione di Hillman richiama da vicino la definizione di Perls a proposito del lavoro sul sogno: *Tutti i differenti elementi del sogno sono dei frammenti della personalità. Essendo il fine di ciascuno di noi divenire una personalità sana, vale a dire unificata, si tratta quindi di mettere insieme i diversi elementi del sogno. Dobbiamo riappropriarci degli elementi proiettati, frammenti della nostra personalità e recuperare quindi il potenziale contenuto nel sogno*”. Descrizione che richiama in modo molto fedele il richiamo di Hillman: *Nell'approccio della Gestalt si penetra empaticamente in ciascuna persona e scena d'un sogno o d'una fantasia e si arriva a riconoscere che sì anche questo è nostro*³.

Tornando ancora a Jung: *Tutta la creazione onirica è sostanzialmente soggettiva, e il sogno è un teatro in cui chi sogna è scena, attore, suggeritore, regista, critico, autore e pubblico insieme. Questa semplice verità è la base della concezione del significato del sogno da me definita con il termine di interpretazione al livello del soggetto. Come dice il termine, questa interpretazione concepisce tutte le figure del sogno come tratti personificati della personalità di chi sogna*⁴.

Il complesso e la gestalt

*Crediamo di poterci congratulare con noi stessi per aver già raggiunto una tale vetta di chiarezza, convinti come siamo di esserci lasciati alle spalle tutte queste divinità fantasmatiche. Ma quelli che ci siamo lasciati alle spalle sono solo spettri verbali, e non i fatti psichici che furono responsabili della nascita degli dèi. Noi continuiamo a essere posseduti da contenuti psichici autonomi come se essi fossero davvero dèi dell'Olimpo. Solo che oggi si chiamano fobie, ossessioni, e così via. Insomma, sintomi nevrotici. Gli dèi sono diventati malattie. Così Jung*⁵.

In tal senso, per riprendere Hillman, *la partita terapeutica è l'attuazione di un modello archetipico. Nel mondo antico si diceva che il Dio che costella una malattia è anche il solo che può toglierla. Il guaritore è la malattia e la malattia è il guaritore. È perciò di primaria importanza scoprire “chi”, quale persona archetipica opera in una data psicopatologia*”⁶.

¹ Perls, F., 1947, *L'Io la fame e l'aggressività*, Franco Angeli, Milano, 1995.

² Hillman, J., 1975, *Re-visione della psicologia*, Adelphi, Milano, 1983, p. 87.

³ *Ibidem*, p. 87.

⁴ *Ibidem*, p. 285.

⁵ Hillman J. (1977). *Re-Visioning Psychology*. New York: Harper Perrenial.

⁶ Hillman, J., *Re-visione della psicologia*, cit., p. 143.

Riportando S. Ginger il sogno permetterà l'integrazione della memoria individuale alla nostra memoria collettiva assicurando così una funzione essenziale di sintesi dell'innato e dell'acquisito.⁷

Non si sottolinea mai abbastanza l'importanza di questa concezione: senza assumersi piena responsabilità, senza riconvertire i sintomi nevrotici nelle funzioni consapevoli dell'Io non è possibile alcuna guarigione⁸.

La differenza essenziale tra la Gestalt e la maggior parte delle altre forme di terapia - precisa Perls - sta nel fatto che noi non analizziamo, ma semmai favoriamo l'integrazione. Vogliamo evitare l'antico errore di confondere il comprendere con lo spiegare. Con lo spiegare interpretiamo, cosa che può trasformarsi in una forma di gioco intellettuale molto interessante, ma tuttavia una attività sostitutiva ed una attività sostitutiva può essere peggiore del non far nulla⁹.

L'organismo sano raccoglie tutte le proprie potenzialità per la gratificazione dei bisogni in primo piano. Immediatamente, appena un compito è terminato, recede sullo sfondo e permette a quello che nel frattempo è diventato il più importante di venire in primo piano. Questo è il principio dell'autoregolazione organistica.¹⁰

Mantenere il vostro senso della realtà: uno, la coscienza intatta che la vostra consapevolezza esiste qui e ora; cercate di rendervi conto del fatto che siete voi a vivere l'esperienza: due siete voi che agite, osservate, reagite, resistete; che prestate attenzione a tutte le vostre esperienze, quelle "interne" come a quelle "esterne", quelle astratte e quelle concrete, quelle che tendono verso il passato e quelle che tendono verso il futuro, quelle che "desiderate", quelle che "dovete", quelle che semplicemente "sono", quelle che intraprendete deliberatamente, quelle che sembrano avvenire spontaneamente; nel corso di ogni esperienza, senza eccezione alcuna, ripetetevi: ora sono consapevole che.¹¹

Abstract

Riccardo Zerbetto
Perls e Jung

È sempre più frequente assistere a forme di ibridazione tra l'approccio gestaltico e quello analitico-jungiano o archetipico. Tale fenomeno non apparirebbe legittimarsi sulla base di riferimenti esplicitamente indicati dai Padri dei due diversi indirizzi. Nel caso di Perls è dato riscontrare un'esplicita preclusione nei confronti di Jung quando, nel suo *L'Io, la fame e l'aggressività (1947)*, contesta a Jung il suo vagare nelle regioni del misticismo con il suo speciale sviluppo della teoria della libido e la sua concezione sull'Inconscio collettivo. D'altra parte, seppure non siano rintracciabili, in Jung, riferimenti espliciti alla figura e all'opera di Perls, è possibile ritrovare alcuni spunti espliciti fatti da Hillman, che del pensiero junghiano può indubbiamente considerarsi uno dei maggiori interpreti, quando, citando espressamente la Gestalt (ma confondendo tuttavia "psicologia" con "terapia") afferma che, tra altri approcci, la psicologa della Gestalt, seguendo la strada inaugurata da Jung con il metodo dell'immaginazione attiva, ha incoraggiato l'esplorazione del mondo interiore e riconosciuto l'esistenza delle nostre molte parti. Nell'articolo in oggetto verranno approfonditi temi inerenti il lavoro sul sogno, l'interazione tra polarità e molteplicità del sé, la dimensione temporale e la rilevanza del mondo immaginale.

⁷ Ginger, S. - Ginger A., 1987, *La Gestalt. Terapia del con-tatto emotivo*, cit.

⁸ Perls F. - Hefferline, R. F. - Goodman P., 1951, *La Terapia della Gestalt. Eccitamento e accrescimento nella personalità umana*, Astrolabio, Roma, 1971, p. 229.

⁹ Perls F., 1969, *Qui & Ora Fritz Perls psicoterapia autobiografica*, cit.

¹⁰ Perls F. - Hefferline, R. F. - Goodman P., 1951, *La Terapia della Gestalt. Eccitamento e accrescimento nella personalità umana*, cit.

¹¹ *Ibidem*.

Riccardo Zerbetto
Perls and Jung

The encountering of forms of hybridization of Gestalt and analytical-Jungian or archetypal approaches has become increasingly frequent. That phenomenon apparently is not legitimized by explicit references by the founders of either school. As to Perls, there was an explicit preclusion as regards Jung when, in his *Ego, Hunger and Aggression* (1947), he contested Jung's wanderings in the regions of mysticism with his special development of the theory of the libido and his conception of the collective Unconscious. On the other hand, although there are no explicit references in Jung to the figure and the work of Perls, it is possible to find some explicit references of Hillman –who of Jungian thought can undoubtedly claim to be one of the major interpreters –, when citing Gestalt (albeit confusing “psychology” with “therapy”) when he states that, among other approaches, the psychology of Gestalt, following the way inaugurated by Jung with the method of active imagination, had encouraged the exploration of the interior world, recognizing the existence of our many parts. This article probes into themes inherent to work on dreams, the interaction between the polarity and multiplicity of the Self, the temporal dimension and the importance of the world of images.