Leopoldo Rigo

PSICOTERAPIA DELL'IMMAGINE

Presentazione di Ivana Zanetti e Carlo Cristini

GLI SGUARDI

FrancoAngeli

Gli sguardi

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: *www.francoangeli.it* e iscriversi nella home page
al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità
o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Leopoldo Rigo

PSICOTERAPIA DELL'IMMAGINE

Presentazione di Ivana Zanetti e Carlo Cristini

FrancoAngeli

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2020 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.
L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it

Indice

Presentazione, di *Ivana Zanetti, Carlo Cristini* pag. 7

Analisi del profondo e psicoterapia
Tecnica Immaginativa di analisi
e ristrutturazione del Profondo o ITP

Introduzione » 23

Parte I – La psicoterapia, l'Imagerie Mentale, l'ITP » 26

1. La psicoterapia » 26
2. L'Imagerie Mentale » 31
3. La Tecnica Immaginativa di analisi e ristrutturazione del Profondo (ITP) di Leopoldo Rigo » 36

Parte II – Esemplificazioni di esperienze di Imagerie relative alle varie tappe della cura con l'ITP » 59

4. La fase ristrutturante » 59
5. La fase conflittuale » 71
6. Le regressioni di età » 94
7. Il livello archetipico » 100
8. Il Centro e l'Asse e l'uscita dall'Immaginario » 114

Parte III – Prospettive » 119

Bibliografia essenziale sull'ITP » 124

Inconscio e personalità… dopo Freud
Struttura, dinamica ed evoluzione della personalità attraverso l'esperienza dell'ITP

Introduzione	pag.	129
Parte I – La struttura della personalità	»	133
1. Psicoterapia e struttura della personalità	»	133
2. Struttura della personalità e ITP	»	140
3. Considerazioni metapsicologiche sulla struttura della personalità, ricavate dell'esperienza dell'ITP	»	164
Parte II – La dinamica della personalità	»	172
4. Cause efficienti e tendenze teleologiche	»	172
5. Considerazioni energetiche	»	176
6. Andamento della cura con l'ITP e dinamica della personalità	»	184
7. I meccanismi di difesa nell'ITP	»	187
8. L'azione volontaria e la psicologia dinamica	»	190
Parte III – L'evoluzione della personalità	»	197
9. Psicoterapia e tappe di organizzazione della personalità	»	197
10. Le tappe di evoluzione della personalità secondo l'ITP	»	204
Riferimenti bibliografici	»	235

Presentazione

di *Ivana Zanetti*, Carlo Cristini***

Sono numerosi gli indirizzi psicoterapeutici che si sono sviluppati dalla seconda metà del secolo scorso. Il *finis* di una psicoterapia si riconosce fondamentalmente nel sostenere, aiutare, accompagnare un individuo in difficoltà, tramite un percorso specifico, caratterizzato da "setting", regole, reciprocità, ricerca dell'intesa, dell'empatia, di nuove prospettive[1].

Il lavoro psicoterapeutico dovrebbe consentire ad una persona che ne fa richiesta di ritrovare il miglior equilibrio interiore, una rinnovata capacità di resilienza, di adattamento alle situazioni, vecchie e nuove, di affrontare meglio la vita, ciò che propone, fra difficoltà e positive opportunità.

I contenuti che si affrontano in un processo terapeutico sono molto delicati, riguardano la dimensione affettiva di una persona, la sua storia, le sue memorie, il suo progetto esistenziale. La prudenza, la pazienza, la sensibilità, il rispetto, la formazione non sono mai eccessivi e l'interventismo è spesso fuori luogo.

Il processo psicoterapeutico si basa sulla fiducia, sull'alleanza fra curante e paziente, si confronta con la sofferenza del malato, con l'oscurità o lo smarrimento delle sue memorie ed esperienze. Sono in gioco i pensieri profondi, il mondo emozionale e immaginativo del paziente e del terapeuta, oltre alle credenze, al sapere, alla narrazione, al sentimento di sé.

Le persone generalmente richiedono un aiuto, si avvicinano alla psicoterapia quando avvertono un malessere, stanno male, sentono che c'è qualcosa che non va, lamentano disturbi, vogliono capire ed essere comprese, riconoscere, risolvere il loro problema di salute od esistenziale.

* Presidente GITIM, Direttore della Scuola di Psicoterapia ITP.

** Dipartimento di Scienze Cliniche e Sperimentali, Università degli Studi di Brescia.

1. Cesa-Bianchi M., Cristini C. (2012), "Lo psicoterapeuta nella relazione con il paziente", *Rivista Italiana di Ipnosi Clinica e Sperimentale*, 1: 8-21.

Esistono molti pregiudizi e false conoscenze sulla psicoterapia, che provocano confusione, disorientamenti, sfiducia, aspettative inadeguate, facilitano lo sviluppo delle più disparate pratiche "curative", talvolta non avallate dal rigore scientifico, da modelli teorici convalidati, da ricerche seriamente condotte[2].

Il processo psicoterapeutico si basa essenzialmente sul cambiamento. Le persone esprimono un disagio e spesso non ne conoscono i motivi, ma ciò che soffrono è connesso al loro modo di pensare ed agire, alle immagini, più o meno inconsapevoli, che hanno costruito di sé e dell'interazione con l'ambiente.

Modificare una propria opinione, un atteggiamento, un comportamento, un aspetto della personalità, del proprio modo di essere, di rapportarsi con gli altri è un compito difficile, un'impresa ardua. Ne sono abitualmente coinvolte esperienze precoci, immagini e memorie implicite, inconsci convincimenti emotivi. Come è possibile cambiare qualcosa di sé, di profondo, che da sempre caratterizza la nostra vita e identità, le nostre relazioni affettive più significative, fin dall'inizio?

La psicoterapia – l'interazione fra terapeuta e paziente – è uno degli strumenti che può consentire un cambiamento importante, attraverso un lavoro nel quale sono impegnati, per un tempo variabile, terapeuta e paziente.

Un valido processo terapeutico permette al paziente di essere più consapevole di sé, della sua storia e delle sue prospettive, dei suoi limiti, delle sue forze e fragilità, del proprio modo di funzionare e di vivere, di affrontare meglio l'avventura esistenziale, in termini di sicurezza, di coraggio, di strategie cognitive, di controllo e resilienza emotiva, di apertura e curiosità.

Fra le psicoterapie del profondo orientate pertanto al cambiamento, alla riattivazione delle risorse e capacità di resilienza, alle potenzialità autocurative, alla valorizzazione del paziente, attraverso un metodo rigoroso e documentato, vi è quella elaborata da Leopoldo Rigo, che si avvale eminentemente delle immagini mentali.

Leopoldo Rigo (Mestre, 17 aprile 1917 - Treviso, 28 luglio 1983) è stato uno psicoterapeuta ed uno studioso della Psicologia Clinica, che si è dedicato alla ricerca, alla cura delle persone, alla crescita psicologica ed alla formazione di quanti fossero impegnati, in vario modo, in campo educativo e sociale. La sua attività è stata vasta e complessa, largamente apprezzata negli ambienti scientifici, scolastici, ed anche da diversi settori della Pubblica Amministrazione per i quali ha rappresentato un significativo riferimento culturale e propositivo.

2. Imbasciati A., Cristini C., Dabrassi F., Buizza C. (2008). *Psicoterapie: orientamenti e scuole. Scienza, misconoscenza e caos nell'artigianato delle psicoterapie*, Centro Scientifico Editore, Torino.

Ha operato a Treviso, ma era conosciuto sia in Italia che all'estero.

Laureato in Scienze Naturali a Padova, si indirizza alla Psicologia Clinica, compie esperienze psicopedagogiche innovative con ragazzi disadattati, ed inizia le prime psicoterapie infantili che diventano fonte di pubblicazioni per la rivista "Ragazzi d'oggi". Dal 1948 al 1964 insegna a Venezia presso la Scuola di Servizio Sociale ENSISS, diffondendo, fra i primi in Italia, la Psicologia del Profondo. Dal 1957 inizia a pubblicare lavori di carattere clinico in riviste specializzate, quali "Rivista Sperimentale di Freniatria", "Minerva medico-psicologica", "Archivio di Psicologia, Psichiatria, Neurologia", "Infanzia Anormale".

Dirige il CMPP (Centro Medico Psico Pedagogico) dell'ENPMF (Ente Nazionale Protezione Morale del Fanciullo), dove introduce la Psicologia Clinica e la Psicoterapia. Dal 1964 al 1983 è direttore del CMPP della Provincia di Treviso, con collaboratori che lui stesso prepara ad un metodo rigoroso. Introduce la Psicoterapia in ambito pubblico, sostenendo fortemente l'opportunità di un servizio gratuito per gli assistiti. Interviene nella riorganizzazione degli Istituti Provinciali e delle Classi Speciali; muta radicalmente i metodi dei tradizionali brefotrofi, istituendo i "gruppi-famiglia", capaci di vita autonoma. Nel 1980 a Treviso, contribuisce alla definizione della nascente USL (Unità Sanitaria Locale), con l'obiettivo di rendere i servizi assistenziali sempre più commisurati alle reali esigenze della persona. In ambito istituzionale gli viene riconosciuto di essere stato – tramite le varie iniziative proposte – un vero e proprio innovatore e precursore; in ambito clinico si ricordano le sue elevate competenze professionali, qualificate anche attraverso il costante impegno nell'integrare esperienza clinica e ricerca.

Rigo era fondamentalmente uno studioso dell'animo umano. Sin dagli anni '50 si interessa e approfondisce le conoscenze teoriche e cliniche di un processo mentale specifico: l'Imagerie Mentale.

La sua biografia è stata inserita nelle enciclopedie biografiche internazionali (Who's Who in the World 1977-78-79, Dictionary of International Biography 1979 e International Who's Who of Intellectuals 1981 dell'IBC di Cambridge).

Ha collaborato dal 1974 con la Rivista "Il Fuoco", con articoli ed una rubrica nei quali ha trattato sotto il profilo antropologico argomenti di Psicologia del Profondo.

I suoi numerosi scritti (circa 160 articoli, tre volumi di cui uno postumo) testimoniano l'originalità della sua tecnica psicoterapica, ma anche una visione ampia e profonda dell'essenza umana con le sue innovative riflessioni in svariati ambiti: psicologico, antropologico, educativo, etico, filosofico, religioso.

Il presente volume raccoglie i contributi fondamentali dell'opera di Leopoldo Rigo, che illustra la sua teoria e la sua tecnica (denominata fin dal 1968 ITP: Tecnica Immaginativa di analisi e ristrutturazione del Profondo), della quale aveva dato ampia descrizione in numerosi articoli e presentazioni sia in ambito nazionale che internazionale.

L'opera complessiva è apparsa primariamente in momenti diversi, soprattutto tramite due lavori principali: *Analisi del Profondo e Psicoterapia* (1980) e *Inconscio e Personalità* (1982), che costituiscono il riferimento culturale e scientifico del metodo ITP. Contributi successivi allo sviluppo dell'ITP sono stati elaborati dall'associazione fondata dallo stesso Rigo, il GITIM, che ha dato vita dal 2004 alla Scuola Italiana per le Tecniche Immaginative di Analisi e Ristrutturazione del Profondo – ITP, riconosciuta dal MIUR (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca Scientifica)[3].

Il metodo proposto da Rigo si inserisce nell'ambito delle Tecniche Immaginative, che utilizzano le immagini vissute e verbalizzate quali strumenti di sviluppo del processo curativo.

Francis Galton e Alfred Binet, verso la fine dell'Ottocento, furono i primi a parlare di Immagine Mentale; tuttavia la "Psicoterapia con la procedura immaginativa" si riconosce nell'opera pionieristica del francese Robert Desoille, che utilizzò l'Immagine Mentale come metodo di esplorazione, di cura psicoterapeutica e di sviluppo della personalità; egli elaborò e descrisse ampiamente il suo lavoro, teorico ed applicativo, in vari volumi, il primo dei quali fu pubblicato nel 1938[4].

Desoille definì e denominò il suo metodo "Rêve Eveillé Dirigé" (RED), letteralmente sogno guidato da svegli: "Seduta in cui viene evocato un Immaginario creativo, a partire da uno stato di veglia attenuata, ottenuta attraverso il rilassamento". Il Rêve Eveillé Dirigé "prende avvio dalla proposta, da parte del terapeuta, di un'immagine iniziale (immagine induttrice) avente valore simbolico collettivo (archetipo) o personale; il terapeuta può interagire durante la produzione immaginativa con degli interventi verbali"[5].

Molti autori dall'inizio del secolo scorso hanno sperimentato l'utilizzo dell'Immagine in Psicoterapia. Rigo è stato fra i primi in Italia ad entrare in contatto con le esperienze e le conoscenze che si andavano sviluppando, e ne è divenuto il promotore, sia per gli aspetti applicativi che per le for-

3. Sito web www.gitim.it/la-scuola-di-psicoterapia.

4. Desoille R. (1938), *Exploration de l'affectivité subconsciente par la méthode du rêve éveillé: sublimation et acquisitions psychologiques*, J.L.L. D'Artrey, Paris.

5. Fabre N., Passerini A. (a cura di) (2010), *Robert Desoille, Il Rêve Eveillé Dirigé in psicoterapia, via règia dell'immaginario* (I edizione italiana ampliata con scritti inediti dell'Autore), Alpes Italia, Roma.

mulazioni teoriche, come i suoi numerosi scritti testimoniano. L'esperienza clinica rimarrà sempre il punto di partenza delle sue ricerche. Ha iniziato a studiare i propri sogni e quelli dei suoi pazienti, quali espressione diretta dell'Inconscio, in linea con quanto sosteneva Freud ne *L'interpretazione dei sogni* (1899, p. 553)[6]: "L'interpretazione del sogno è la via regia che porta alla conoscenza dell'Inconscio nella vita psichica". Nelle primissime pagine del saggio dello studioso viennese si legge: "Dovremo dunque riconoscere come del tutto accertato almeno un fatto: tutto il materiale che costituisce il contenuto del sogno deriva in qualche modo da ciò che abbiamo vissuto e viene riprodotto, ricordato nel sogno" (p. 20)[7].

I sogni esprimono messaggi, simboli, metafore e rappresentano, a livelli, contenuti e significati differenti, le esperienze vissute in forme più o meno complesse e comprensibili.

Secondo Rigo, quanto a volte si manifesta nel sogno, è una ripetuta sconfitta dell'Io a livello immaginario. Egli riteneva che questo potesse trovare una spiegazione nello stato di passività dell'Io nel sonno. Rigo dunque evidenzia l'importanza dello stato semioniroide, che permette all'Io di essere attivo, ma nello stesso tempo capace di restare in contatto con l'Inconscio; in tal modo l'Io attivo può affrontare le immagini angoscianti, riferibili agli "stati di sconfitta, malessere e disagio". Il paziente viene affiancato dal terapeuta "dialogante", capace di aiutarlo ad affrontare le sue immagini simbolicamente significative, caratterizzate spesso da emozioni negative: immagini inquietanti, soverchianti, ansiogene. Appare sempre interessante e stimolante seguire Rigo, attraverso la sua opera, nella scoperta del suo metodo.

Rigo si avvicina ed applica da pioniere in Italia il "Rêve Eveillé Dirigé" di Robert Desoille. Ne elabora una nuova versione, illustrata in vari articoli, che denomina inizialmente "Rêve Eveillé di Poco Spessore". Ulteriori confronti e ricerche lo portano poi alla definizione della sua tecnica originale: l'ITP.

Aperto alle esperienze immaginative che si stavano realizzando, Rigo non si limita agli studi di Desoille, ma intraprende contatti anche con lo psichiatra tedesco Hanscarl Leuner, inventore del metodo Immaginativo Catatimico, oltre a mantenere un attivo confronto con altri studiosi italiani, come Luigi Peresson e Roberto Assagioli.

Si avvicina poi in modo particolare all'Oniroterapia di Roger Frétigny e André Virel. L'Oniroterapia utilizza l'immagine mentale prodotta in stato

6. Freud S. (1899), "Il processo primario e il processo secondario. La rimozione", in *L'interpretazione dei sogni*, in *Opere*, Boringhieri, Torino, 1980.

7. Freud S. (1899), "Il materiale onirico. La memoria del sogno", in *L'interpretazione dei sogni*, in *Opere*, Boringhieri, Torino, 1980.

di rilassamento profondo, denominata "Imagerie Mentale". Tale termine è stato acquisito dallo stesso Rigo, che mantenne la denominazione "Imagerie Mentale", sottolineando la sua affinità con la scuola francese di André Virel, con il quale svilupperà nel tempo una proficua relazione professionale. Rigo è con Virel al Primo Congresso sull'Imagerie Mentale a Ginevra nel 1968, aderisce alla SITIM (Société Internationale des Techniques d'Imagerie Mentale) e ne diventa vicepresidente.

Molte sono le concezioni originali di Rigo, anche rispetto a Desoille e a Virel.

Il volume che presentiamo evidenzia due esigenze fondamentali dell'autore.

Innanzitutto, Rigo intende caratterizzare il proprio metodo che, pur rientrando nell'ambito delle Tecniche Immaginative, si differenzia quanto a metapsicologia, metodologia e soluzioni "tecniche", che sono nel testo illustrate nei loro aspetti fondamentali.

Inoltre, egli intende proporre un contributo originale all'elaborazione di un modello di personalità, alle tematiche dell'Inconscio e, più ampiamente, alla "visione" dell'essere umano.

È un dato di comune osservazione come, in campo psicoterapeutico, la clinica abbia spesso preceduto l'elaborazione teorica, che richiede progressive conferme, modifiche ed evoluzioni. Le teorizzazioni si fondano in genere su materiali come i colloqui, le libere associazioni, l'attività di gioco, l'animazione dei disegni, l'interpretazione dei sogni. Si possono in tal modo formulare e proporre teorie psicodinamiche della mente, modelli di personalità, metodologie e tecniche.

Rigo utilizza in modo particolare l'"esperienza immaginativa", che si realizza in uno stato di attenuazione della vigilanza, ottenuto mediante specifiche tecniche di rilassamento. Le immagini emergono dal processo mentale definito "Imagerie Mentale", frutto di "uno stato oniroide allo stato di veglia". Tali immagini, che possono essere spontanee o suggerite, appaiono soprattutto come mezzo privilegiato per accedere all'Inconscio. È opportuno ribadire che l'Imagerie Mentale nell'ITP non consiste solo di immagini visive, ma di "immagini" vissute in tutti gli aspetti sensoriali e motori: le immagini non sono solo visive, ma anche auditive, olfattive, gustative e di movimento passivo e attivo. Rilevanti appaiono le emozioni che accompagnano e caratterizzano le immagini; il loro riconoscimento e la trasformazione attraverso le tecniche di Imagerie Mentale rappresenteranno la dinamica determinante della cura e dell'evoluzione dell'individuo.

La persona sperimenta una condizione "come fosse nella vita reale". Si tratta di un'esperienza trasformativa che non ha alcuna correlazione con la fantasia evasiva e compensatoria, o la "fantasticheria". Purtroppo le Tecniche Immaginative soffrono a volte di un "pregiudizio razionale" per cui tutto ciò che concerne l'Immaginario, irrinunciabile risorsa dell'essere

umano, viene considerato "evasione dalla realtà" e non quale precursore e fattore di sviluppo del processo creativo.

Si sottolinea la particolare importanza attribuita dall'ITP al vissuto corporeo, alla partecipazione sensoriale, oltre che emotiva, alla vicenda immaginativa. Inoltre risulta rilevante il ruolo assegnato al Rilassamento, che Rigo, congiuntamente a Virel, considera fondamentale quale condizione preparatoria e propedeutica alla formazione ed alla evocazione di immagini. È lo stato di Rilassamento, realizzato secondo una tecnica elaborata da Virel e da Rigo, che conduce a quel "terzo stato" di coscienza, caratterizzato da vigilanza attenuata che consente la partecipazione attiva alla vicenda immaginativa. Attraverso quello che Virel e Rigo chiamano "Io Corporeo Immaginario", la persona partecipa pienamente alla vicenda immaginativa, sul piano senso-motorio ed affettivo. È solamente mediante tale consapevole partecipazione che si possono sviluppare effetti trasformativi e curativi.

Un elemento cardine della terapia di Rigo è la nozione di auto-cura, che costituisce lo sfondo sempre presente nei suoi scritti. Rigo si interroga su quale sia il processo curativo che si attiva quando ci sono carenze, traumi, conflitti. Osserva le tendenze dinamiche nei simboli che si presentano nell'esperienza immaginativa e le identifica come "tendenze all'autocura e all'autosviluppo", quale spontanea capacità di resilienza, di riattivazione e riorganizzazione di un processo di crescita e di equilibrio.

L'autocura e l'autosviluppo sono tendenze insite nell'essere umano, ma che talora possono essere inibite da traumi, frustrazioni, fallimenti, soprattutto nel corso delle primissime esperienze relazionali. Risulta pertanto necessario prendere contatto, tramite l'interazione con il terapeuta, con le inconsce istanze creative, riattivare la tendenza presente in ogni persona a promuovere ed esprimere il suo Immaginario, in modo da creare i presupposti per una nuova realtà interna che modifichi e superi la precedente. Jean Burgos, esperto di processi relativi alla creatività, parla dell'Immaginario come di una funzione biologica, come funzione stessa del "vivente"[8].

Rigo accosterà anche la tendenza all'autocura al "processo di individuazione" di Carl Gustav Jung.

La tendenza all'autocura conduce alla padronanza di sé e all'autosviluppo, quale sorta di *vis medicatrix naturae*, di capacità di resilienza pertinente al patrimonio psicofisico dell'essere umano. Se ne possono cogliere tracce e percorsi nelle immagini spontanee del paziente, nelle Imagerie

8. Jean Burgos, professore emerito e presidente onorario dell'Università della Savoia (Chambéry), ha svolto numerosi seminari sul tema dell'Immaginario presso il GITIM, in parte riassunti in alcuni articoli della Rivista di Psicoterapia Immaginativa – ITP: www.gitim.it/rivista/category/autori/jean-burgos.

tematizzate da carenze e conflitti; a livello immaginativo il paziente cerca liberamente soluzioni, in particolare quando vive una situazione di peculiare difficoltà, anche fino a sentire il pericolo di smarrimento e vuoto di identità, di destrutturazione dell'Io.

L'autocura per Rigo si pone come *finis* ideale il "dominio di sé", la padronanza e il superamento dei propri conflitti, realizzando la metafora dell'Uomo/Eroe che "cavalca il drago" o del Cavaliere che guida il cavallo, intesa come liberazione dai propri limiti egocentrici e narcisistici, verso dimensioni affettive, relazionali e psicosociali più evolute.

Ne emerge il senso e la funzione della psicoterapia: la cura interviene ed è particolarmente necessaria quando il processo di crescita è inibito e distorto dalla sofferenza prodotta da traumi, sconfitte, intoppi, frustrazioni, che generalmente risalgono ad esperienze negative precoci.

L'esperienza immaginativa, come documentato in questo volume, è per Rigo autorappresentativa della personalità. Nell'Immagine il Soggetto si autorappresenta: c'è sempre un personaggio con il quale il Soggetto si identifica, e che denomina "Io", che si confronta con uno "Scenario" – costituito da paesaggi naturali e da esseri viventi, verosimili e/o fantastici – oggetto delle sue proiezioni.

Nello Scenario immaginativo si rappresentano come su un palcoscenico parti di sé per lo più inconsce o immagini parentali (*imago*) come sono state percepite e vissute nell'infanzia. Fra il Soggetto che si autorappresenta nello Scenario immaginativo e gli elementi dello Scenario stesso scorrono dinamiche interattive di varia valenza.

Nelle persone che hanno sofferto carenze precoci emergono spesso paesaggi aridi, in coloro che presentano una forte "mancanza di sostegno" possono facilmente apparire dirupi scoscesi e pericolosi, mentre in chi è dominato dall'angoscia le scene si fanno piuttosto anguste ed oscure. Vi sono paesaggi che possono inghiottire o sommergere, ed altri in grado di offrire simboli e momenti di ristoro, conforto od anche speranza, come l'affiorare di un'oasi nel deserto.

Ogni esperienza immaginativa può risultare significativa a condizione che l'immagine sia partecipata sensorialmente ed emotivamente. Tralasciando qui nozioni più tecniche, esposte nelle pagine del testo, ci pare opportuno sottolineare che nella terapia immaginativa si lavora per favorire l'attivazione di processi riparativi, di riconoscimento e confronto con le proprie istanze e fantasmi aggressivi, e di incontro con le "figure archetipiche". Naturalmente l'intervento del terapeuta utilizza la dimensione simbolica delle immagini. L'universo simbolico permea tutta la concezione psicoterapeutica di Rigo. E si richiede, per chi intende intraprendere questo processo di formazione professionale, l'acquisizione di ampie competenze riguardo alla decodificazione dei simboli.

Lo psicoterapeuta non è considerato come chi "aggiusta delle immagini operando delle sostituzioni di immagini", come talvolta accade in alcune tecniche che tendono a promuovere una sorta di "condizionamento", ma si comporta come un vero e proprio "compagno di viaggio", come un tramite, uno strumento adeguatamente partecipe e funzionale per favorire le capacità simboliche, immaginative del Soggetto quale attivo protagonista e interprete del processo di guarigione.

In sintesi, Rigo è molto chiaro nell'evidenziare che gli elementi curativi fondamentali sono due: la tendenza della persona all'autocura e la presenza competente del terapeuta. Se l'autocura costituisce il processo principale, di conseguenza ne viene definito anche il ruolo del terapeuta: favorire la naturale tendenza ad un processo di autocura che per varie ragioni si è arrestato, inibito. Ne deriva che la terapia richiede una forma dialogata, un percorso relazionale, intersoggettivo, basato sull'esperienza immaginativa, sulla parola, sull'interazione fra curante e paziente.

Nel processo terapeutico Rigo integra tecniche che lui stesso denominerà "derivate dell'ITP", prevalentemente impiegate con bambini e preadolescenti, ma non precluse all'adulto, quali il disegno, la raffigurazione pittorica, l'utilizzo del pongo o della plastilina, il fumetto, le marionette, il materiale di gioco. Queste tecniche si affiancano all'Imagerie Mentale vera e propria e devono essere commisurate alla singola persona.

La visione psicodinamica di Rigo appare in qualche modo eclettica, non certo nei termini di stravaganza o di improvvisazione, ma di ponderata integrazione di modelli diversi in un rigoroso metodo terapeutico. Egli non solo non rinnega gli apporti della psicoanalisi freudiana e post-freudiana e della psicologia junghiana, ma li integra, differenziandone i contributi e gli interventi in rapporto alla fase ed al problema che porta e vive il paziente.

Appare tuttavia evidente come la nozione di Inconscio in Rigo si avvicini più a quella di Jung, come fonte di trasformazione, con l'apertura verso l'Inconscio collettivo e gli archetipi, che a quella di Freud e alla teoria del "rimosso", anche se Rigo non la rinnega.

Egli ci rammenta un importante monito: le teorie devono servirci a comprendere la natura dell'essere umano e non a "forzarlo" dentro una specifica teoria.

In Rigo troviamo dunque un'indicazione ad avere e sviluppare una mentalità aperta, priva di preconcetti teorici, al di là della rigidità di determinati orientamenti, evitando l'indeterminatezza dell'eclettismo, ma facendo riferimento alla propria esperienza, ispirata e sostenuta da teorie scientifiche e cliniche. Gli autori e le scuole colgono importanti aspetti della formazione, dello sviluppo, del funzionamento e dell'organizzazione della mente umana, ma è soprattutto la presenza costante e aperta del terapeuta, non chiuso e intrappolato in una gabbia teorica,

che consentirà l'appropriato supporto al divenire immaginativo della persona che a lui si affida.

Uno degli aspetti fondamentali di un processo di cura rimane la capacità del terapeuta di sintonizzarsi, di regolare il proprio stato emotivo (e immaginativo) con quello del paziente, di essere e rappresentare, come ci ricorda Winnicott, una "madre sufficientemente buona".

Nella prima parte del libro, *Analisi del Profondo e Psicoterapia*, Rigo ci accompagna nel percorso terapeutico, indicandocene le tappe, ricordandoci che si tratta di una suddivisione teorico-didattica: fase "ristrutturante", fase "conflittuale" e fase "archetipica".

Significative e originali sono le elaborazioni terapeutiche di Rigo che riguardano la "ristrutturazione" delle carenze precoci e la soluzione dei conflitti, come ad esempio gli interventi che mirano a ricostruire l'immagine corporea per quanto riguarda la coesione, l'investimento narcisistico sano, la capacità di relazione.

Originali dell'ITP sono le esperienze di ristrutturazione simbolica che riparano risalendo ad esperienze anche molto precoci nelle quali si è instaurato un trauma o una serie di microtraumi ripetuti, di varia intensità. Rigo aveva ben colto l'importanza del fallimento empatico nelle prime relazioni e la dimensione relazionale, intersoggettiva della cura.

Fondamentale risulta anche la dimensione corporea della riparazione, che deve passare attraverso positive esperienze cenestesiche, vissute nella situazione immaginativa, alla presenza attiva del terapeuta. Se il fallimento delle primarie cure infantili si registra innanzitutto a livello dell'immagine corporea, la ristrutturazione di tale immagine rappresenterà il punto di partenza per lo sviluppo del sé, per l'avvio di un processo terapeutico.

Negli interventi ristrutturanti dell'ITP sono rilevabili molte delle teorizzazioni di Donald Winnicott e di Françoise Dolto. Rigo, da vero pioniere, ha riconosciuto, approfondito e trattato la tematica dei "microtraumi ripetuti" e della loro riparazione.

Nella fase che Rigo definisce "conflittuale", l'Io, dopo aver acquisito maggior forza e integrazione, è in grado di affrontare "fantasmi" percepiti come angoscianti e pericolosi. Il paziente può ad esempio ingaggiare lotte contro animali o figure umano-simili che lo aggrediscono o minacciano, oppure trovarsi in Scenari che lo intrappolano, come un roveto o sabbie mobili. Potrà quindi avere il sopravvento su di essi, agendo con interventi attivi e difensivamente anche aggressivi, che prendono di mira, contengono e rendono inoffensivi gli elementi persecutori presenti nello Scenario. Da queste "conflitti" il Soggetto deve uscire con un senso di sollievo e liberazione.

Nelle prime due fasi risulta importante la teorizzazione psicoanalitica nei suoi sviluppi recenti. Rigo preciserà in vari momenti di aver riscontrato

molte situazioni ben spiegabili con le teorie freudiane e kleiniane, senza tuttavia ritenerle così dominanti, come per esempio le tematiche legate alla sessualità infantile ed al complesso di castrazione.

Nella fase "archetipica", da lui considerata come fase di crescita e di individuazione, appare più significativa l'influenza junghiana. La fase terapeutica "ristrutturante" e "conflittuale" si sviluppa ed evolve verso una fase di "crescita psicologica" molto simile al processo di individuazione.

Rigo riconosce come molto simile il suo percorso terapeutico ed evolutivo al percorso individuativo junghiano: la fase "conflittuale" è assimilabile all'incontro con il lato oscuro, l'"ombra", e la fase che egli stesso definisce "archetipica" contempla un incontro a livello immaginativo con le note figure dell'Inconscio collettivo: Animus, Anima, figure Mana, fino ai simboli della Totalità. La sua però è una visione personale, non proprio sovrapponibile con la teoria junghiana. Egli osserva infatti il venir meno nella maggior parte dei casi delle caratteristiche ambivalenti degli Archetipi, che si spiega con la risoluzione delle carenze e dei conflitti attraverso le precedenti fasi della terapia.

Potremmo sostenere dunque che Rigo integra le visioni della Psicoanalisi e della Psicologia Analitica di Jung, ma nel contempo se ne differenzia, riferendosi alla sua diretta esperienza di psicoterapia.

Nella seconda parte del libro, *Inconscio e Personalità*, emerge più evidente la visione filosofica dell'autore, che dichiara con forza di ricavarla dall'esperienza immaginativa stessa. Fondamentale infatti per Rigo è la possibilità di ottenere un modello di personalità proprio partendo dall'esperienza immaginativa, che appare così rivelatrice dell'essere umano come sistema "aperto".

Egli sostiene che vi sono due modi per autorappresentarci: uno legato alla coscienza riflessiva, l'altro all'autorappresentazione simbolica nella vicenda immaginativa. Tale autorappresentazione simbolica appare evidente nell'Imagerie Mentale. Così possiamo immaginarci ad esempio in situazioni di pericolo, in Scenari ostili, drammatici, in cui rischiamo di essere travolti dagli elementi naturali, come l'essere sommersi da un mare tempestoso o soffocati dagli spazi angusti di un cunicolo senza via di uscita. Sono immagini in cui proiettiamo la nostra ansia, il nostro "fantasma di costrizione". Oppure vengono evocate immagini di minacce o aggressioni da parte di esseri pericolosi, sui quali è proiettata la propria aggressività.

Nel corso della terapia, dopo le esperienze di riparazione (fase "ristrutturante") e le esperienze di superamento dei conflitti (fase "conflittuale"), superate le problematiche personali, subentrano progressivamente Scenari più vasti ed armonici, e la percezione di sé può essere rappresentata da un paesaggio a struttura centrale, come un prato con un albero al centro, o una piazza con una fontana al centro. Queste configurazioni dello spazio

immaginario richiamano le raffigurazioni mandaliche tipiche di molte culture: il "Mandala" stesso di cui parla diffusamente Jung, ma anche tutte le strutture centralizzate che troviamo in molte architetture e giardini.

La funzione specifica del livello fantasmatico sembra riconoscersi nella possibilità di risolvere le antinomie psichiche, di trovare creativamente soluzioni possibili fra istanze apparentemente incompatibili della mente, ma anche nell'acquisizione di una dimensione che superi la concezione individualistica, per aprirsi a quella psicosociale, transpersonale, affettiva e spirituale.

Le dimensioni della personalità vengono in tal modo gradualmente maturando, orientandosi verso livelli più evoluti, in rapporto al progressivo superamento di sofferenze, traumi, carenze e conflitti.

L'autorappresentazione simbolica corrisponde ad una "presa di coscienza", non in modo puramente intellettuale e razionale, vale a dire strettamente cognitivo, ma in un senso più ampio, comprensivo degli aspetti emotivi e corporei. Se nella fase iniziale terapeutica l'Io appare pervaso dal disagio, dalla sofferenza e dall'inibizione, successivamente, nella fase "archetipica", l'Io stesso sembra in grado di viversi in rapporti e relazioni diverse, contrassegnate da equilibrio, integrazione e benessere. Tuttavia la personalità secondo Rigo può evolvere verso una dimensione più di alto livello, transpersonale e spirituale. Tale dimensione, esplorata e ben documentata da Rigo, lo avvicina anche al pensiero di Roberto Assagioli ed alla sua Psicosintesi.

Così come la personalità si autorappresenta a livello conflittuale, così si autorappresenta a livello spirituale.

Varie sono le immagini o per meglio dire i "documenti immaginativi" che Rigo propone in ordine alle esperienze emotive che caratterizzano la personalità funzionante a un livello più evoluto.

Si parla di processi di sviluppo: da una concezione di centralità a quella di integrazione, agli "Stati-luce", esperienze non figurative, definite di "pura luce", intensa e non disturbante, descritte anche da Desoille e Virel, nelle quali la persona non si sente più nella sua forma corporea, ma prova un senso pieno di "esistenza" e di sentimenti positivi. Ricorda in qualche modo, anche se in un ambito diverso, quello artistico, quanto sosteneva il centosettenne Gillo Dorfles nel commento delle sue ultime immagini raffigurative: una sorta di figure eteree, intermedie, non più corporee e nemmeno puramente spirituali.

Altra esperienza significativa rimarcata da Rigo riguarda il "Silenzio": le immagini lasciano il posto a esperienze di pura "presenza". I vissuti che accompagnano queste esperienze sono di "superamento", di sicurezza e completezza. Rigo ne documenta il divenire in vari scritti, sottolineando tuttavia come tali esperienze non siano frequenti.

Nessun livello umano viene dunque lasciato inesplorato o tralasciato da Rigo, anche esperienze "non ordinarie" e tuttavia "umane", di solito considerate esperienze di contemplazione riservate al mondo mistico. Rigo ci dà l'idea che queste esperienze siano proprie dell'essere umano, anche se infrequenti, e che corrispondono ad un livello della personalità di un individuo quando accetta ed è in grado di sperimentare altri livelli di sé, dopo essersi liberato da traumi, carenze e conflitti.

Homo sum: humani nihil a me alienum puto, sono un uomo, nulla di ciò che è umano mi è estraneo, sosteneva Publio Terenzio Afro (II sec a.C.) nella sua *Heautontimorumenos*. Le emozioni, i sentimenti, le fantasie, le immagini che attraversano la mente di un paziente appartengono allo scibile dell'essere umano. La sofferenza psichica, qualsiasi ne possa essere l'origine appartiene alla natura umana, è un'espressione dell'animo di una persona. I malati mentali, le persone affette da depressione, schizofrenia, demenza, non sono degli extra-terrestri; si sentono espropriati della loro personalità, svuotati di pensieri e sentimenti, smarriti, alienati, ma non sono degli alieni, degli automi. Ciò che essi drammaticamente vivono, altri temono di conoscere, capire, a volte per un vago sospetto di contagio, di collusione senza ritorno.

Tutto ciò che è umano è esplorabile: dalle sofferenze più antiche, preverbali, drammatiche, alle esperienze di pieno ed elevato benessere, di contemplazione estatica.

La psicoterapia rappresenta pertanto uno strumento che può consentire ad una persona il superamento di determinate difficoltà e sofferenze, generalmente connesse con le primissime esperienze infantili, e lo sviluppo per una completa realizzazione di sé.

Le esperienze vissute ed elaborate con l'ITP ci confermano che l'essere umano è caratterizzato da libertà e autodeterminazione. Le immagini inconsce che emergono nell'esperienza immaginativa segnano e accompagnano il divenire di un individuo, ne definiscono "l'essere nel mondo" e "il suo senso".

È uno degli essenziali assiomi dell'eterogeneo e significativo insegnamento di Rigo[9] per cui "la vita, da semplice effetto cieco dell'istinto della specie o da sogno dell'Inconscio collettivo, si trasforma in vocazione individuante e irrepetibile che dà significato singolare a tutte le vicende della sua storia, al suo intessersi con l'epoca in cui si svolge, alla sua stessa nevrosi".

9. Rigo L. (1981), *Il Fuoco*, 29, 2.