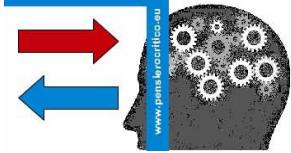


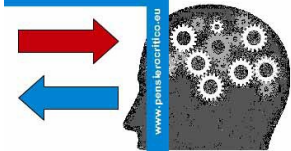
L'individuazione è, secondo Carl Gustav Jung, un processo psichico che dura tutta la vita, un percorso dell' "Io" verso il "Sé" dell'individuo

Oggi appare chiaro che il pensiero di Carl Gustav Jung ha anticipato i tempi. Egli è riuscito a cogliere nei suoi studi e negli esperimenti psicoanalitici sui suoi pazienti, delle verità universali alle quali altri psicologi non hanno potuto o voluto accedere. Ciò per merito della lunga collaborazione con il fisico quantistico Wolfgang Pauli, dei suoi studi sui testi alchemici medioevali, e dalla sua apertura mentale ai fenomeni paranormali (sia Jung che Pauli hanno generato eventi psicocinetici e, anzi, Pauli era così temuto da suoi colleghi perché quando andava a trovarli nei loro laboratori provocava disagi tecnici negli apparati tali da far attribuire i problemi (incendi e malfunzionamenti) a quello che venne denominato "effetto Pauli"). Uno dei contributi teorici più importanti di Jung è il "processo di individuazione", che lui sperimentò sui suoi pazienti e che era lo scopo della sua psicoterapia. Jung, nel libro "Tipi psicologici" lo descrisse così: *"L'individuazione è in generale il processo di formazione e di caratterizzazione dei singoli individui, e in particolare lo sviluppo dell'individuo psicologico come essere distinto dalla generalità della psicologia collettiva. L'individuazione è quindi un processo di differenziazione che ha per meta lo sviluppo della personalità individuale. La necessità dell'individuazione è una necessità naturale."* Quindi l'individuazione è un processo di autoesplorazione che ha lo scopo di rivelare la vera essenza della persona, scavando nell'inconscio alla ricerca di tutto ciò che è stato trascurato



durante la formazione dell'individuo. Francesco Giordano scrive: "*L'individuazione è un processo che porta l'uomo a riconoscere la propria singolarità, di significato irripetibile, e a sentirsi soggetto responsabile capace di confrontarsi con la propria esistenza.*" Per "individuazione" si intende quindi un processo permanente al quale ogni persona è sottoposta durante la sua vita (forse escludendo le fasi giovanili), nel quale la persona mette in atto il proposito cosciente di diventare ciò che veramente è, differenziandosi dagli altri per tutti gli aspetti che non gli appartengono ma, allo stesso tempo, acquisendo un'intima connessione con gli altri e con il mondo. Non tutte le persone sentono quest'esigenza, forse una minoranza, ma c'è anche un buon numero di persone che la sente così tanto da dover ricorrere alla psicoterapia. In questo processo l'io scopre di essere una mera appendice del Sé, e di avere con esso una sorta di debole collegamento. Jung si preoccupava di distinguere l'individuazione dall'individualismo, che considerava soltanto una reazione morbosa al collettivismo, che può sfociare nel [narcisismo](#) patologico. Il significato dell'individuazione era che (essa) *crea una coscienza della comunità umana precisamente perché conduce alla coscienza dell'inconscio comune, che è comune a tutti gli uomini e li unisce.*

L'individuazione è diventare uno con se stesso e allo stesso tempo con l'umanità. Secondo Jung "l'individuazione è un'unificazione con se stessi e, nel contempo con l'umanità, di cui l'uomo è parte." L'astrofisico Massimo Teodorani scrive nel libro "Sincronicità" (pp.35–37): "*Dal momento che la sincronicità è la manifestazione di una relazione diretta tra la mente (un particolare pensiero o*



sogno) e la materia (un particolare accadimento), allora questo significa che il mondo fisico e il mondo psichico sono intimamente interconnessi. Gli eventi sincronici sono manifestazioni in cui i mondi interno ed esterno vengono improvvisamente messi alla luce. Ciò che ha qui importanza non è tanto la tempistica con cui certi eventi si verificano, bensì il significato che questi eventi hanno. La capacità di essere consapevole di queste invisibili leggi universali e di essere in armonia con esse, è quella che Jung chiama "processo di individuazione". Una "persona individuata" allora non è altro che un essere in grado di dare forma a eventi attraverso un'interazione diretta tra la coscienza e l'inconscio collettivo. Il processo di individuazione, maturato dall'interpretazione degli archetipi e della loro azione attraverso i sogni e gli eventi sincronici, permette di fare in modo che l'inconscio collettivo e l'inconscio soggettivo siano integrati in quell'identità transpersonale che è il "sé", un'entità che trascende l'ego. E' un processo che permette di essere intuitivamente consapevoli e di agire in armonia con le leggi nascoste dell'universo. Sono leggi il cui scopo non è di agire come "forza" sull'individuo, ma quello di "informare" l'individuo sul cammino migliore da prendere in maniera tale da renderlo armonizzato con il tutto."