

I Tarocchi come strumento di comunicazione e terapia

In una frazione della Capalbio maremmana alla fine del secolo scorso l'artista franco-statunitense Niki de Saint Phalle ha costruito nel bosco naturale, in circa diciassette anni di lavoro in équipe, un meraviglioso giardino popolato da ciclopiche coloratissime statue-casa (alcune alte fino a 15 metri!), realizzate in acciaio e cemento e rivestite di specchi, vetri e ceramiche variopinte ed ispirate proprio alle figure degli Arcani maggiori dei Tarocchi. Il Giardino dei Tarocchi è un'opera totale, un affascinante connubio tra Natura ed Arte, Architettura, Design, originalissima per i contenuti pur seguendo un po' l'ispirazione ricevuta da Antoni Gaudí e dal suo Parque Guell a Barcellona ed anche dal viterbese Parco dei Mostri di Bomarzo (1997).

E' proprio qui, in questo contesto favoloso connesso al tema dei Tarocchi, che si ambienta, in tre giornate di lavoro residenziale, una parte del nostro percorso terapeutico di *Maratone esperienziali* con gruppi - di adolescenti e di adulti - composti da pazienti con eterogenee problematiche psicopatologiche, che hanno già vissuto un percorso condiviso di psicoterapia di gruppo. Il fatto che siano gruppi di pazienti che hanno sviluppato nel tempo una buona conoscenza tra di loro è di facilitazione per l'esperienza, e qui riportiamo alcune osservazioni cliniche sull'uso strumentale dei Tarocchi sia per la comunicazione all'interno del gruppo sia di terapia nella riflessione sul proprio funzionamento personale.

Le origini dei Tarocchi si perdono nella leggenda, in un tempo medioevale lontano, e varie sono le attribuzioni e gli usi, che affondano soprattutto nella cartomanzia e nell'esoterismo. Complesso è il simbolismo, con archetipi raffigurati che sono indubbiamente d'ispirazione universale, perché presenti nelle mitologie e cosmogonie di tanti popoli. Quattro i semi del mazzo di Tarocchi, come un normale mazzo di carte da gioco, ma con una quinta serie rappresentata da 22 figure, che sono le carte più note del mazzo, gli *Arcani Maggiori*. I nomi e le immagini sembrano suggerire che negli Arcani Maggiori sono rappresentati degli *Archetipi*, simboli originari ed universali, dunque, racchiudenti dei significati misteriosi importanti, anche di contenuto psicologico. Scorrendo la serie, c'è raffigurata una sorta di storia, quella "dell'eroe" - il Matto, la carta numero 0, un po' come se tutto dovesse originare dalla follia, dal caos - nel viaggio terreno nel mondo materiale delle prime sette carte (Mago di strada, Papessa verginea, Imperatrice materna, Imperatore paterno, Papa autoritario, Amanti, Carro), in quello spirituale (la Giustizia, l'Eremita, la Ruota della Fortuna, la Forza, l'Appeso, la Morte, la Temperanza) e nell'ultima parte del viaggio nel mondo celeste (il Diavolo, la Torre, le Stelle, la Luna, il Sole, il Giudizio, il Mondo). L'abbiamo intesa come una *metafora di una crescita*, in una sorta di libro composto da 22 pagine, 22 immagini che riportano ciascuna ad un Archetipo universale; attraverso l'apprendimento, superando gli ostacoli e nell'equilibrio tra la spinta conservativa e quella creativa, si raggiunge saggezza e conoscenza: è il cammino che ciascuno fa alla scoperta di sé, in un processo continuo di individuazione.

Si conosce l'interesse che Carl Gustav Jung nutrì per i sistemi oracolari in generale, e per la più famosa mantica orientale in particolare, come il millenario I Ching cinese, venerato come libro sacro; poiché nessun altro come lo psicoanalista svizzero riuscì in Occidente a diffondere con successo l'interesse per il simbolismo sacro, è ovvio che finì per interessarsi anche ai Tarocchi, seppur non ebbe a disposizione quel considerevole apparato storico, critico, iconologico che con un progressivo incremento si è raccolto solo successivamente per dare nuova luce su origini e sviluppo delle carte (Mary K. Greer, link in bibliografia):

"...alle carte ordinarie da gioco nel tarocco se ne aggiungono altre, sulle quali ci sono simboli, o raffigurazioni di situazioni simboliche (per esempio, il simbolo del sole o il simbolo dell'uomo appeso per i piedi o la torre colpita dal fulmine o la ruota della fortuna e così via): una sorta di *idee archetipiche*, di natura differenziata, che si mescolano ai componenti ordinari del flusso dell'inconscio, e perciò il gioco è adatto ad un metodo intuitivo che ha lo scopo di comprendere il flusso della vita, forse anche predire eventi futuri, eventi che si presentano alla lettura delle condizioni del momento presente. Sono immagini psicologiche, dunque simboli con cui si gioca - perché il processo simbolico è un'esperienza in immagini e di immagini -, come l'inconscio sembra giocare con i suoi contenuti. Esse si combinano in certi modi, e le differenti combinazioni corrispondono al giocoso sviluppo degli eventi nella storia dell'umanità. Vedete, l'uomo sempre ha sentito la necessità di trovare un *accesso attraverso l'inconscio al significato di una condizione presente*, perché c'è una sorta di corrispondenza o somiglianza fra la condizione prevalente e la condizione dell'inconscio collettivo..."
(Da un seminario di Jung sull'immaginazione, 1933).

Come riferimento alla psicologia junghiana applicata ai Tarocchi, diciamo che si tratta di integrare gli aspetti inconsci della mente nella coscienza e gli Archetipi, rappresentati anche nelle immagini delle carte, simbolismi che trascendono le barriere temporali e culturali, agiscono proprio come trasformatrici capaci di innalzare i contenuti inconsci ed i loro significati impliciti, al livello esplicito della coscienza (Jung, 1964). Il lavoro esperienziale sui Tarocchi parte da una profonda analisi del lavoro junghiano sull'Ombra e sulla sua funzione di integrazione nella personalità dell'individuo. L'Ombra è come *il fratello oscuro* della personalità che va integrato per non essere rimosso, rappresenta anche la componente pulsionale, vitale, spesso respinta nell'inconscio poiché carica di componenti che male si interfacciano con la realtà. L'ampiezza dell'Ombra e il suo peso sono direttamente proporzionali alla distanza che essa prende dal personaggio (in Luce) che essa segue ogni giorno; più ampia è l'Ombra più forte e drammatica è l'incoerenza con il personaggio che rappresentiamo sul palcoscenico della realtà quotidiana. Gli Arcani maggiori hanno in sé tutta una simbologia carica di Luci e Ombre ed è per questo che nel loro percorso che attraversa i secoli hanno mantenuto un'aderenza forte ai cambiamenti ambientali e culturali.

Le carte hanno un loro significato manifesto: prendiamo l'Arcano 12 - l'Appeso - proprio per entrare un po' di più nel senso dei Tarocchi attraverso una singola esemplificazione interpretativa. In questa carta quello che si vede in effetti è sull'inquietante: c'è un uomo giovane appeso a testa in giù, in una condizione indubbia di costrizione e disagio, di possibile sofferenza; eppure, la cosa che lo rende ancor più sorprendente è l'accento ad un sorriso, che trasforma e alleggerisce l'immagine dal suo contenuto angoscioso; si capisce che l'uomo si

trova appeso contro la sua volontà, è come se avesse già provato a dimenarsi per trovare una via di fuga, e riconosce infine che rimanere fermo è l'unico modo per rimanere vivo, così rinunciando alla fuga e cominciando a meditare; il cervello si irrorra dunque di sangue ed ossigeno e gli occhi guardano finalmente il mondo da un punto di vista differente; inoltre, la testa è immersa tra due zolle di terra in attesa quasi di far crescere le radici di una nuova coscienza. Tutto questo parla di una condizione che, se rovesciata, perde ogni suo valore: il rovescio della carta equivale un po' al senso di osservare l'Ombra: l'uomo costretto ad una condizione di stallo, non resiste, si dimena e va incontro a morte certa, la morte della coscienza. Chi non considera che oltre l'attesa ci sia la speranza vive questo periodo con enorme sofferenza, da qui lo stallo; il volto rovesciato appare drammaticamente e paradossalmente più triste. Chi sceglie questa carta si mette in contatto forte con il proprio senso di stallo, prende consapevolezza delle parti dolorose e angoscianti, tuttavia è costretto anche ad aprire gli occhi e la mente ad una visione differente, altra.

Il Giardino dei Tarocchi è a due passi dal mare e ciò sostiene il titolo suggestivo delle nostre Maratone esperienziali che è "*Castelli di Sabbia, Castelli di Carte*"; infatti, in prima giornata, con l'intento di privilegiare iniziali momenti regressivi, c'è anche che i pazienti, suddivisi in due sottogruppi, costruiscano castelli sulla spiaggia, ove ciascuno progetta e cura "da buon architetto" quella parte della costruzione che è più congeniale alla propria personalità: per esemplificare, a chi sono riconosciute più spiccate capacità di mediazione spetta la costruzione dei ponti, chi nel gruppo dà più sicurezza si occupa di erigere la muraglia protettiva, chi risulta più creativo si impegna in giochi d'acqua con pozze e cascata. Il *feedback* successivo nel gruppo è di facilitazione alla comunicazione tra i partecipanti ed è preparatorio ad una maggior padronanza del linguaggio immaginifico, metaforico connesso al simbolismo dei Tarocchi in quella che è una vera e propria *full immersion* delle due giornate successive.

L'illustrazione al gruppo degli Arcani maggiori, carta per carta, è il primo passo curato dai due psicoterapeuti con la messa in scena "*a psicodramma*": c'è la rappresentazione sotto forma di scultura umana di ciascun Arcano accompagnata dalla voce registrata che evoca in prima persona al gruppo la descrizione della parte Luce e della parte Ombra. Ogni paziente, terminata la presentazione di tutte le carte, ha il compito di scegliere *tre* Arcani, la prima carta è quella *del Sé*, la carta che ciascuno sente come la più *appartenente*, la seconda è quella più vicina all'idea di un *Cambiamento* auspicato, e poi si è pensato pure di offrire una terza possibilità, una carta da scegliere *intuitivamente* perché in qualche modo attrae, incuriosisce, oggetto poi di riflessione nel Giardino dei Tarocchi, quando si è davanti alla relativa scultura di Niki de Saint Phalle: si potrà tenerla o scartarla o anche cederla ad altro che potrebbe meglio usarla, proprio come si farebbe in un gioco di carte. Segue nel pomeriggio la visita in gruppo del Giardino, con le sue sculture dei 22 Arcani Maggiori, ma con un lavoro che qui diventa individuale introspettivo, soffermandosi ciascuno di più proprio davanti alle tre sculture scelte prima nel mazzo delle carte.

L'ultimo giorno residenziale è dedicato alle "*sculture gruppali*", in cui si privilegia l'integrazione tra immaginazione e corporeità attraverso la

rappresentazione drammatizzata degli Arcani nelle loro parti, Luci ed Ombre. Il corpo dunque con il suo linguaggio come veicolo di comunicazione, e ciascuno diventa il *regista* della drammatizzazione delle proprie carte curandone la messa in scena. Il primo Arcano scelto, quello che è la presunta miglior evocazione del *Sé attuale*, viene quindi realizzato in modo personalizzato, con l'impiego di musica e suoni, oggetti e costumi, e con la partecipazione di attori presi dal gruppo; L'Arcano rappresentato è prima di nuovo evocato nella sua descrizione dalla voce registrata di uno dei due terapeuti e poi segue una musica, una canzone che il regista dell'opera aveva scelto già da casa come sufficientemente rappresentativa di sé. In successione, segue poi una seconda scultura *in movimento* (Onnis, 2005), che in un certo senso va a sovrapporsi alla prima ed è il secondo Tarocco scelto, l'Arcano del *cambiamento*, con una particolarità: la seconda scultura può essere la rappresentazione della seconda carta scelta con o senza integrazione della terza, quella che è stata data come opzione *intuitiva*, filtrata poi dalla *riflessione* nel Giardino. E' come se ad ognuno qui venisse concessa la possibilità di esplorare la migliore alternativa di cambiamento possibile, eventualmente giocandosi un'opzione più creativa se si usasse anche la terza carta. Le sculture in movimento si realizzano, si filmano e poi si discute in gruppo su tutte le messe in scena, metafore per l'accesso a nuove dimensioni di senso e a percezioni alternative della propria realtà.

Per passare da questi cenni teorici ad un'idea di buone prassi, come esemplificazione del percorso descritto, qui riportiamo in breve l'esperienza di Marika nell'uso dei Tarocchi, una quarantenne madre di due bambini e moglie in conflitto stabilizzato con il marito, venuta nel gruppo terapeutico per una sindrome nevrotica di tipo ansioso misto (F41.3 nell'Asse I dell'ICD 10) con una componente prevalente di tipo generalizzato associata a note fobiche e con attacchi di panico pregressi. Dall'anamnesi, emerge una lunga storia di iper-responsabilizzazioni che partono dalla preadolescenza con una casa e la fratria da accudire mentre i genitori erano altrove totalmente assorbiti in un'attività commerciale; da lì è partita una ricerca di dipendenza riparatrice, tuttora operante.

La carta del Sé scelta da Marika è stata il Mago, nella sua Luce di *energia vitale trasformativa* come nella sua Ombra di una *creatività caotica e disperata*. Infatti, nella realtà lei riesce a stare appresso a millanta stimoli, in attività perfino redditizie, a cominciare da una posizione di vertice nella gerarchia della rete di vendita porta a porta di un noto elettrodomestico, con partecipazioni a meetings nazionali ed internazionali, si occupa poi di predisporre ricette mirate, è co-trainer in corsi di pilates, organizza con una psicologa periodici incontri sul territorio di consulenza pedagogica e di auto mutuo aiuto per genitori, ha istituito coinvolgendo il suo mondo attorno un mercatino dell'usato in casa con appuntamenti cadenzati e con la costruzione di un apposito sito-catalogo in rete che regolarmente tiene aggiornato sulle nuove offerte, è rappresentante di classe e di istituto, coordina oltre una decina di chat-line: tutto ciò ovviamente dissipa parecchia energia e si sfinisce, mentre il marito è totalmente assorbito dalla propria attività commerciale, lasciandola, di fatto, sola nel gestire il ruolo educativo, che è per l'appunto quello del genitore "unico".

Come carta del Cambiamento Marika ha scelto gli Amanti, che lei definisce gli Innamorati, la carta non solo *dell'amore* ma anche *della scelta*, chiaro rispecchiamento del suo desiderio di uscire da questa crisi, ben consapevole di non poter fare da sola tutte le cose che nella vita sta al momento facendo. La terza carta che ha attratto Marika è la Forza nella sua Luce, rappresentata da una donna che apre (o chiude) le fauci di una belva feroce, dunque l'energia animale affrontata con successo dalla natura umana, femminile, *addomesticante* l'aggressività; Niki de Saint Phalle ha rappresentato questo Arcano come una delicata fanciulla che domina un feroce drago alato tenendolo legato ad un guinzaglio invisibile: come ha detto l'artista stessa, il mostro che la fanciulla deve ammaestrare è dentro di sé!

Una terza carta che *intuitivamente* integra la seconda del Cambiamento, quella della scelta di chiedere amore ed aiuto. Le successive riflessioni nel lavoro gruppale, sulle carte scelte e poi sulle relative sculture in movimento realizzate, con l'analisi anche dei filmati prodotti, hanno portato Marika a maggiori consapevolezze sulle proprie dinamiche: basti pensare che proprio dopo la Maratona ha iniziato a modificare la relazione con il partner, ha saputo rinunciare a qualche impegno risucchiante, si è coinvolta da "architetto creativo" ad abbellire con soluzioni più femminili negli arredi il locale del marito, mettendosi più dolcemente al servizio nella sua gestione.

I Tarocchi dunque, tra Arcani ed Archetipi, risultano possibile "specchio dell'anima", una sorta di ponte tra gli estremi dell'intuizione e della ragione, e possono costituirsi come uno strumento di comunicazione e di cura, d'aiuto per sviluppare la coscienza, dunque per vivere e capirsi meglio (Jodorowsky, 2014); ci piace qui citare del poliedrico studioso surrealista la provocazione che "i Tarocchi dovrebbero essere materia universitaria di studio e tutti gli psicoanalisti dovrebbero usarli...così si potrebbe risparmiare molto tempo nelle cure!". Le carte nelle due dimensioni e le statue degli Arcani nel Giardino dei Tarocchi nella loro sublime pluridimensionalità, le une e le altre ludiche e vivide, anche complesse nella loro polisemia, se vogliamo chiare e profonde insieme, hanno in effetti costruito nelle nostre Maratone terapeutiche una stimolante facilitazione nel gruppo: infatti, è proprio usando l'esperienza con i Tarocchi come uno strumento di lavoro terapeutico che siamo riusciti, sia con gli adolescenti sia con gli adulti, a far sì che potessero così osservarsi meglio, confrontarsi tra loro e comprendere un po' di più gli altri e se stessi.

Bellotti Alessandra¹
Gulina Vincenzo²
Miletto Roberto³

¹ Psicologa clinica, Psicoterapeuta sistemico-relazionale, Pomezia;

² Psicologo e psicoterapeuta della Gestalt, Roma e Pomezia;

³ Neuropsichiatra infantile, già responsabile U.O.NPI Distretto di Pomezia, ASL Roma H ora Roma6, coordinatore Gruppo di ricerca EllePi (GLP), Pomezia.

Bibliografia

Cusani M. (2011), *Tarocchi psicologici. Tarocchi e gli archetipi maggiori negli antichi mazzi di carte*. Nuova IPSA ed., Palermo.

Di Pascale M., *Intùiti. Creative Cards*. Intùiti@TEDx, Libreria Internazionale Hoepli.

Mary K. Greer, <http://marygreer.wordpress.com/2008/03/31/carl-jung-and-tarot/>

Jodorowsky A., Costa M. (2004), *La Via dei Tarocchi*. Trad.it., Feltrinelli Edizioni, Milano, 2014.

Jung C.G. (1964), *L'uomo e i suoi simboli*. Trad.it., Raffaello Cortina ed., Milano, 2009.

Lonardoni G. (2008), *La Via del Sacro. I simboli dei tarocchi fra Oriente ed Occidente*. Martina Ed., Bologna.

Lonardoni G., *Carl Gustav Jung e il Tarocco. Sincronicità e divinazione*. www.associazioneletarot.it

Nichols S. (1980), *Jung and Tarot: An Archetypal Journey*. Weiser Books, Newburyport, MA (USA).

Niki de Saint Phalle (1997), *Il Giardino dei Tarocchi*. Trad.it. Marella Caracciolo, Benteli ed., Berna (CH), 2008.

Onnis L. (2005), *Il tempo sospeso*. Franco Angeli ed., Milano, 2016.

Sparzani A. (2016), *Jung e Pauli. Il carteggio originale: l'incontro tra Psiche e Materia*. Trad.it. (a cura di), Moretti&Vitali ed., Bergamo.