

Psicologia e Astrologia

dalla teoria all'ipotesi di pratica clinica:
opportunità e limiti

Paolo Quagliarella

Copyright © 2025 Paolo Quagliarella

Tutti i diritti riservati.

DEDICA

A chi è sempre alla ricerca e non si accontenta.

“Nel quadro moderno delle scienze esatte, e in particolare nell’ambito del positivismo dell’Ottocento, l’astrologia fu attaccata in nome della legge matematica che presiede al movimento degli astri, ma la radice antica delle corrispondenze astrologiche, lungi dall’estinguersi, si è diffusa a livello di senso comune e con un particolare rilievo psicologico nella psicologia analitica di Carl Gustav Jung, che assume l’astrologia come uno schermo proiettivo in cui, a livello individuale e a livello collettivo, si rende conscia la motivazione inconscia dell’interpretazione di sé. L’astrologia diventa a questo punto una simbolica utilizzabile, come la mitologia, per esteriorizzare nello scenario delle stelle, come un tempo nello scenario degli dèi, la propria interiorità”

U. GALIMBERTI, Nuovo dizionario di Psicologia, Psichiatria,
Psicoanalisi e Neuroscienze, Feltrinelli, Milano

A mia moglie Domizia, mio figlio Sergio
e ai miei genitori Vittoria e Sergio.

Indice

Prefazione	11
Parte prima	13
Introduzione.....	14
Ernst Cassirer e il linguaggio del mito	Error! Bookmark not defined.
Astrologia e mito in Ernst Cassirer ...	Error! Bookmark not defined.
Carl Gustav Jung .	Error! Bookmark not defined.
L'inconscio collettivo	Error! Bookmark not defined.
Definizione di Archetipo	Error! Bookmark not defined.
Il Simbolo nella Psicologia Analitica di Jung ...	Error! Bookmark not defined.
La sincronicità	Error! Bookmark not defined.
Jung e il pensiero astrologico	Error! Bookmark not defined.
La mia intervista a C. G. Jung sull'astrologia	Error! Bookmark not defined.
Ernst Jünger	Error! Bookmark not defined.
Il Potere delle Storie Astrologiche	Error! Bookmark not defined.
Ernst Bernhard	Error! Bookmark not defined.
Joseph Campbell e il mito	Error! Bookmark not defined.
La Relazione tra Mitologia e Astrologia secondo Joseph Campbell	Error! Bookmark not defined.
"L'Eroe dai Mille Volti" un viaggio individuativo con richiami astrologici	Error! Bookmark not defined.
Henry Corbin e la Visione dell'Astrologia	Error! Bookmark not defined.
Mircea Eliade.....	Error! Bookmark not defined.
Julian Jaynes e la mente bicamerale	Error! Bookmark not defined.
Claude Levi-Strauss	Error! Bookmark not defined.

Il Pensiero di Gilbert Durand sull'Astrologia **Error! Bookmark not defined.**

Gilbert Durand e l'Astrologia..... **Error! Bookmark not defined.**

Commento a “*Entretien astrologique*” .. **Error! Bookmark not defined.**

Approfondimento su “*L’astrologie et son langage*” **Error! Bookmark not defined.**

James Hillman **Error! Bookmark not defined.**

Thomas Moore..... **Error! Bookmark not defined.**

Il Pensiero di Giorgio Agamben sull'Astrologia **Error! Bookmark not defined.**

Astrologia e Filosofia..... **Error! Bookmark not defined.**

Critica dell'Astrologia..... **Error! Bookmark not defined.**

L'importanza della narrazione e le neuroscienze **Error! Bookmark not defined.**

L'immersione emotiva nelle storie.... **Error! Bookmark not defined.**

La Medicina Narrativa **Error! Bookmark not defined.**

L'applicazione pratica e i risultati scientifici..... **Error! Bookmark not defined.**

Introduzione: il disturbo di Pan-ico **Error! Bookmark not defined.**

L'etimo del suo nome e la nascita..... **Error! Bookmark not defined.**

Pan è figlio di Hermes e di una ninfa **Error! Bookmark not defined.**

Pan fratello di Zeus..... **Error! Bookmark not defined.**

Figlio di Zeus e Callisto..... **Error! Bookmark not defined.**

La terra di Pan – l'Arcadia **Error! Bookmark not defined.**

Pan in Grecia..... **Error! Bookmark not defined.**

Il panico e la paura **Error! Bookmark not defined.**

Le corrispondenze psicologiche con gli attacchi di panico..... **Error! Bookmark not defined.**

Pan e i suoi amori **Error! Bookmark not defined.**

Considerazioni generali sui racconti..**Error! Bookmark not defined.**

Disturbi di panico e Astrologia**Error! Bookmark not defined.**

Esiste una struttura astrologica di un tema natale che predisporrebbe agli attacchi di panico?**Error! Bookmark not defined.**

Esempio di applicazione nella consulenza narrativa con l'astrologia**Error! Bookmark not defined.**

Conclusione.....**Error! Bookmark not defined.**

Bibliografia**Error! Bookmark not defined.**

Sitografia**Error! Bookmark not defined.**

Parte seconda26

Prefazione27

L'astrologia alla prova della scienza: pro e contro**Error! Bookmark not defined.**

Astrologia psicologica e benessere: uno studio sul counseling astrologico per i giovani a rischio**Error! Bookmark not defined.**

Astrologia psicologica: il primo studio sul benessere e le giovani donne**Error! Bookmark not defined.**

L'astrologia non è una pseudoscienza: è un linguaggio simbolico che attiva processi narrativi trasformativi**Error! Bookmark not defined.**

Teoria dell'azione e Astrologia**Error! Bookmark not defined.**

Astrologia previsionale, effetti psicologici: la scienza dice che...**Error! Bookmark not defined.**

Prefazione

Il presente lavoro si divide in due parti. La **prima parte** propone la mia tesi di laurea in Psicologia Comportamentale e cognitiva applicata dal titolo: **Psicologia, Mitologia, Astrologia, un approccio narrativo con i pazienti: gli attacchi di panico** in cui ho affrontato il tema dell'utilizzo dell'astrologia come strumento di counseling, utile per gli psicologi fornendo le basi scientifiche e le fonti di letteratura che avallano l'efficacia delle terapie narrative, fra cui l'astrologia. Oltre questo è presentata un'ipotesi di utilizzo nella pratica clinica.

La **seconda parte** raccoglie degli articoli, basati su studi scientifici, in cui si evidenziano quali siano i rischi e le opportunità dell'utilizzo dell'astrologia. I rischi maggiori appaiono quando la si considera uno strumento che possa fornire indicazioni certe, deterministiche, su inclinazioni caratteriali o addirittura poter prevedere il futuro.

Lo scopo di questi scritti è **promuovere**, come ho sempre fatto, il **pensiero simbolico e astrologico** in seminari e lezioni presso enti accademici italiani come le Scuole di Psicoterapia analitica, archetipica: la Scuola Li.S.T.A. di Milano e non ultima quella in cui insegno, l'Atanor a Scoppito (Aq). Ho tenuto una lezione congiunta, con Prof. Roberto Quero, presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano per la Cattedra di Teologia II dal titolo: **L'antropologia teologica in dialogo con la psicologia**

analitica e l'astrologia. Questo dialogo è possibile intraprenderlo quando si elimina l'abito deterministico e superstizioso di questa disciplina e si torna su un terreno comune che è la narrazione delle storie umane.

Parte prima

Psicologia, Mitologia, Astrologia, un approccio narrativo con i pazienti: gli attacchi di panico

Introduzione

L'astrologia, seppur spesso relegata a un ambito pseudoscientifico, ha suscitato l'interesse di numerosi studiosi nel corso della storia. Psicologi, filosofi, antropologi hanno esplorato il valore simbolico e narrativo dell'astrologia, riconoscendone l'importanza nel processo di comprensione dell'esperienza umana. Questa tesi intende dimostrare come l'astrologia possa essere integrata in un approccio terapeutico utilizzandola come un linguaggio e conseguentemente strumento narrativo che si poggia su studi neuroscientifici, offrendo la possibilità di utilizzarla come supporto d'intervento psicologico per i pazienti che soffrono di attacchi di panico. Sono state esaminate le opere di autori che hanno considerato l'astrologia come una forma di narrazione simbolica, gli studi accademici che vedono nella medicina narrativa e nelle sue relazioni con le neuroscienze metodologie efficaci che permettono all'uomo di trovare un senso nell'universo, il proprio posto nel mondo, migliorarne la qualità della vita. Analogamente si sono inserite delle considerazioni sull'attacco di panico e i suoi sintomi riletti attraverso il mito di Pan e la sua relazione con l'astrologia e il Segno del Capricorno che rappresenta in cielo questa divinità greca, così come scriveva Pseudo-Apollodoro. Quando affermo dell'utilizzo dell'astrologia in psicologia faccio riferimento a quello che tecnicamente viene definito "tema natale", "cielo di nascita", "oroscopo di nascita" che altro non è che una fotografia geocentrica del cielo al momento della venuta al mondo di un

individuo. Il tema natale, diviene il medium attraverso il quale costruire un dialogo, una narrazione con il paziente, è un *escamotage* narrativo che anziché partire da una tela bianca, inizia con il far sentire il paziente che lo desidera partecipe del cosmo e dell'intero universo, inserendolo in un posto specifico nel mondo, che seppure non direttamente scelto, lui può riadattare e di conseguenza riraccontarsi. In tal senso mi riferisco ai concetti junghiani di “*abaissement du niveau mental*”¹, allo spazio rituale², al fatto che se un soggetto si sente trasportato, partecipe di una situazione, la sua risposta alla terapia può essere più efficace.

L'analisi di partenza del presente lavoro si snoda attraverso il pensiero di quattordici autori ciascuno dei quali ha contribuito con la propria prospettiva allo sviluppo di un linguaggio simbolico che ha permesso di comprendere l'esperienza umana in maniera più profonda e articolata. Attraverso le loro opere, si cercherà di dimostrare come l'astrologia possa essere integrata in una pratica psicologica moderna, non come mera superstizione, ma come

¹ *l'abaissement du niveau mental* è una condizione psicologica in cui il livello di coscienza si abbassa, permettendo l'emergere di contenuti inconsci nella psiche cosciente. Questo stato, spesso legato a fatica, emozioni intense o traumi, facilita l'attivazione di immagini archetipiche e processi compensatori da parte dell'inconscio.

² Cfr. R. KRESS, M. KERR, *Change the Sens of Self Through Ritual*, Integral Transpersonal Journal , N. 12, March 2019
<https://www.semanticscholar.org/paper/Changing-the-Sense-of-Self-Through-Ritual%3A-as-a-Kress-Kerr/0e8c074fbc31d9d8bbea367940a2b99ff4c14d71>

strumento narrativo capace di dare senso alle esperienze interiori più complesse. Riassumo di seguito quanto maggiormente approfondito nella tesi in modo da fornire un quadro introduttivo il più completo possibile.

L'astrologia, strettamente legata al mondo del mito e del simbolo, trova negli studi di molti pensatori una giustificazione convincente del suo valore come strumento per comprendere la psicologia umana. Ernst Cassirer considerava l'astrologia uno dei più grandiosi tentativi dell'essere umano di rappresentare il mondo in modo simbolico, evidenziando come essa funzioni come un linguaggio mitologico capace di interpretare la realtà attraverso il racconto simbolico. Questa prospettiva si collega al pensiero di Carl Gustav Jung, che ha esplorato l'inconscio collettivo e gli archetipi, vedendo nell'astrologia una manifestazione di queste immagini universali e un mezzo per esplorare le dinamiche psichiche profonde. Per Jung, l'astrologia diventa così uno strumento per integrare i contenuti inconsci, avere supporto integrativo nelle terapie con i pazienti e di conseguenza favorire la crescita personale all'interno del percorso individuativo.

Anche Ernst Jünger e Joseph Campbell condividono l'idea che l'astrologia, come una narrazione simbolica, dia forma e significato alle esperienze personali, integrandole in un contesto più ampio. Le storie astrologiche, così come quelle mitologiche, offrono all'individuo una guida per affrontare le crisi e trovare

ordine nel caos della vita. Ernst Bernhard, uno dei pionieri nell'integrazione dell'astrologia con la psicologia analitica, ha evidenziato l'importanza dell'astrologia come strumento per esplorare le radici archetipiche dei conflitti interiori, facilitando così la trasformazione personale.

Henry Corbin e Mircea Eliade hanno messo in luce la dimensione spirituale dell'astrologia, considerandola un ponte tra il visibile e l'invisibile, tra il sacro e il profano. Per Corbin, l'astrologia è una forma di conoscenza immaginativa che ci permette di entrare in contatto con le dimensioni più profonde dell'esistenza. Allo stesso modo, Eliade vede nell'astrologia un tentativo di sacralizzare il tempo e lo spazio, offrendo una visione unitaria dell'uomo e del cosmo.

Julian Jaynes e Claude Levi-Strauss hanno analizzato l'astrologia come una forma di pensiero simbolico e mitologico arcaico. Jaynes riteneva che l'astrologia rappresentasse un residuo delle prime forme di coscienza mitologica, mentre Levi-Strauss la considerava una struttura simbolica universale, in grado di dare ordine al mondo in base a relazioni significative, piuttosto che causali. Gilbert Durand e James Hillman, dal canto loro, si concentrano sull'astrologia come linguaggio archetipico che esprime le dinamiche profonde dell'inconscio collettivo. Hillman, in particolare, sviluppa l'idea di un'astrologia che non sia predittiva,

ma descrittiva delle forze psichiche che modellano la vita individuale.

Thomas Moore, seguendo il percorso tracciato da Hillman, vede l'astrologia come una forma di "cura dell'anima", uno strumento che permette di riflettere sulle dinamiche interiori attraverso il linguaggio dei simboli. Anche Giorgio Agamben offre una prospettiva interessante, andando oltre la razionalità moderna e considerando l'astrologia come un linguaggio che sfida le categorie tradizionali di causalità e libero arbitrio, proponendo una visione più complessa della relazione tra l'individuo e il cosmo.

In sintesi, l'astrologia emerge come un potente strumento per comprendere la psiche e l'esperienza umana, capace di intrecciare mito, simbolo e narrazione per offrire una visione più profonda e significativa della realtà. Gli autori citati concordano nel riconoscere il valore dell'astrologia come linguaggio simbolico che ci aiuta a raccontare e comprendere la nostra storia, restituendo all'individuo un senso di appartenenza e connessione con l'universo. Proprio partendo da queste basi simboliche e narrative, diversi studi neuroscientifici confermano ulteriormente l'utilità dell'astrologia come strumento di esplorazione e crescita personale, che verranno approfonditi nei capitoli successivi.

Le ricerche del professor Uri Hasson³, dell'Università di Princeton, hanno dimostrato come il cervello del narratore e quello dell'ascoltatore possano sincronizzarsi durante una narrazione. Parallelamente, l'attivazione della "rete di mentalizzazione" durante la creazione di storie coinvolge regioni cerebrali impegnate nell'anticipare motivazioni, emozioni e credenze altrui. Studi condotti presso l'Università McMaster⁴ hanno evidenziato che anche l'uso di soli gesti o disegni da parte dei narratori attiva questa rete, suggerendo che la nostra mente attribuisce automaticamente intenzionalità e stati mentali ai personaggi. Ciò implica che la narrazione ci spinge a connetterci emotivamente e cognitivamente con i protagonisti, riflettendo su noi stessi e sugli altri.

Le storie facilitano non solo la connessione sociale, ma anche il rafforzamento della memoria. L'ippocampo, cruciale per la memoria a lungo termine, si attiva maggiormente quando le storie sono ricche di dettagli emotivi, favorendo il consolidamento delle memorie, come dimostrato dagli studi di Hassabis e Maguire⁵. L'amigdala, responsabile delle risposte emotive, collabora con l'ippocampo per rafforzare i ricordi

³ U. HASSON ET AL., "Dialogues: The Science and Power of Storytelling," *Psychology Princeton Language and Intelligence (PLI), Princeton Neuroscience Institute*
<https://collaborate.princeton.edu/en/publications/dialogues-the-science-and-power-of-storytelling>

⁴ S. ROSS, *The Art of Storytelling: Researchers Explore Why We Relate to Characters*, *Brighter World*, May 3, 2021,
<https://brighterworld.mcmaster.ca/articles/the-art-of-storytelling-researchers-explore-why-we-relate-to-characters/>

⁵ HASSABIS, D., & MAGUIRE, E. A. *Deconstructing episodic memory with construction. Trends in Cognitive Sciences*, 11(7), 2007, 299-306. DOI: 10.1016/j.tics.2007.05.001.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17548229/>

emotivamente significativi, rendendo le narrazioni personali più memorabili rispetto a informazioni non narrative.

Tra le idee più importanti utili a spiegare come la narrazione di un mito durante una seduta con lo psicologo risulti efficace c'è il concetto di "transportation", descritto da M. C. Green e T. C. Brook⁶, che rappresenta l'immersione totale di un individuo in una storia, al punto da perdere temporaneamente la consapevolezza dell'ambiente reale. Questo stato di profondo coinvolgimento, che combina aspetti emotivi e cognitivi, può influenzare le convinzioni e le valutazioni dell'individuo, facendo sì che le premesse del mondo narrativo influenzino quelle del mondo reale.

Nella medicina narrativa, esplorata da Rita Charon nel saggio "*Where Does Narrative Medicine Come From? Drives, Diseases, Attention, and the Body*"⁷, si sottolinea l'importanza della narrazione per comprendere le esperienze dei pazienti e migliorare la qualità delle cure. La medicina narrativa si basa su un'interazione profonda tra medico e paziente, dove le storie personali sono centrali nel processo di guarigione. Charon sostiene che essa non è solo un metodo per raccogliere storie, ma un

⁶ Cfr. MELANIE C. GREEN ET AL, *The Role of Transportation in the Persuasiveness of Public Narratives, Personality and Social Psychology Bulletin* 26, no. 5 (2000): 701-710
http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/the_role_of_transportation_in_the_persuasiveness_of_public_narratives.pdf

⁷ R. CHARON, *Where Does Narrative Medicine Come From? Drives, Diseases, Attention, and the Body*. In P. L. Rudnytsky & R. Charon (Eds.), *Psychoanalysis and Narrative Medicine*, Albany: State University of New York Press, 2008

Psicologia e Astrologia. dalla teoria all'ipotesi di pratica clinica: opportunità e limiti
modo per comprendere profondamente la sofferenza e la guarigione.

Richard Lewis Holt, nel suo contributo "*Pinel and the Pendulum*"⁸, esplora come le narrazioni mitiche possano essere utilizzate come potenti strumenti nella terapia narrativa per comprendere e trattare le malattie mentali. I miti, con temi universali e archetipali, offrono ai pazienti un mezzo per identificarsi con personaggi e situazioni che rispecchiano le loro lotte personali, facilitando l'esternalizzazione dei problemi e rendendoli più gestibili. Holt prende in considerazione anche l'uso delle fiabe in psicoterapia, come hanno fatto Ruini et al. nello studio "*Positive Narrative Group Psychotherapy: the use of traditional fairy tales to enhance psychological well-being and growth*"⁹. In questo studio, 21 donne con disturbo dell'adattamento hanno partecipato a sette sessioni terapeutiche focalizzate su fiabe tradizionali, mostrando miglioramenti significativi in crescita personale, accettazione di sé, apprezzamento della vita e una riduzione dell'ansia.

Un'altra ricerca, "*Acceptance and Change as Dialectic of Recovery: Examples of Storytelling, Fairy Tale and Psychopharmacotherapy as Therapeutic Modalities*"¹⁰, analizza l'uso delle fiabe e delle storie tradizionali nella

⁸ R. L. HOLT, *Pinel and the pendulum*. In P. L. Rudnytsky & R. Charon (Eds.), *Psychoanalysis and Narrative Medicine*, cit.

⁹ C. RUINI et al. "*Positive Narrative Group Psychotherapy: The Use of Traditional Fairy Tales to Enhance Psychological Well-being and Growth*." *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice* 4, no. 13, 2014, <https://doi.org/10.1186/s13612-013-0013-0>.

¹⁰ ANN-MARIE JELENA GOLDEN E MIRO, "Acceptance and Change as Dialectic of Recovery: Examples of Storytelling, Fairy Tale and Psychopharmacotherapy as Therapeutic Modalities" in *Psychiatria Danubina* 33, no. Suppl 4, 2021, pag. 1130-1139.

terapia narrativa e psicofarmacologica per facilitare la crescita psicologica e il recupero. La ricerca "*Truth in Myth: Ancient Stories' Windows on Treating Modern Trauma*"¹¹ esamina come i miti possano essere utilizzati per trattare traumi interpersonali e intimi, offrendo una prospettiva terapeutica che coinvolge sia l'intelletto che le emozioni.

Un'applicazione pratica dello storytelling è stata analizzata nello studio "*The Storied Mind: A Meta-Narrative Review Exploring the Capacity of Stories to Foster Humanism in Health Care*"¹² che ha esaminato il ruolo delle narrazioni in diversi contesti, dalla medicina al business all'educazione, considerando 83 articoli scientifici. Questo studio conferma che il racconto è essenziale per facilitare la comprensione e la trasmissione della conoscenza, favorendo un ambiente di cura più umano e solidale.

Il mito di Pan offre una chiave di lettura simbolica per comprendere la dinamica degli attacchi di panico, che non sono solo fenomeni clinici, ma esperienze archetipiche profondamente radicate nell'inconscio collettivo. Pan, dio metà uomo e metà capro, è il signore dei luoghi selvaggi e incontrollati, una divinità che incarna la dimensione istintiva e animale dell'essere umano. La sua figura richiama un'interessezza

https://www.psichiatria-danubina.com/UserDocsImages/pdf/dnb_vol33_noSuppl%204/dnb_vol33_noSuppl%204_1130.pdf

¹¹ D. WHITNEY. "*Truth in Myth: Ancient Stories' Windows on Treating Modern Trauma.*" *Journal of Holistic Nursing*, vol. 42, no. 3, 2024, pagg. 199-211. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37788046/>.

¹² R. RACHEL et al. "*The Storied Mind: A Meta-Narrative Review Exploring the Capacity of Stories to Foster Humanism in Health Care.*" *Journal of Hospital Administration* 5, no. 1, 2016, pag. 52-61. <https://doi.org/10.5430/jha.v5n1p52>.

"spezzata", che genera inquietudine: nato da Hermes e da una madre che lo rifiuta, Pan rappresenta ciò che non può essere integrato facilmente nell'ordine del mondo.

Il termine "panico" deriva proprio dal nome di Pan, perché si credeva che fosse lui a scatenare il terrore improvviso e irrazionale nei soldati in battaglia o nei viaggiatori nei boschi. Il panico, come Pan, irrompe senza preavviso, invadendo la psiche e il corpo con un senso di minaccia imminente. I sintomi fisici come per esempio – palpitazioni, tachicardia, sudorazione, sensazione di soffocamento – sono segnali del corpo che si prepara alla fuga o alla lotta, un eco di quella paura ancestrale che Pan suscitava nei mortali. Questa risposta fisiologica è accompagnata da pensieri catastrofici: la paura di perdere il controllo, di impazzire, di morire. Sono tutte esperienze che si ricollegano alla natura destabilizzante di Pan, una divinità che sovverte la sicurezza della civiltà per riportare l'essere umano a confrontarsi con il caos primordiale.

In astrologia, Pan è associato al Capricorno, un segno che incarna la lotta tra il bisogno di controllo e l'irruzione dell'istintualità. Il Capricorno è simbolicamente collegato alla vetta della montagna, alla fatica e al dominio sulle proprie paure. Tuttavia, la radice mitica del segno, connessa a Pan, ci ricorda che il controllo può essere illusorio e che la paura irrazionale può emergere come una forza naturale, incontrollabile. Nel tema natale, il Capricorno e il suo governatore Saturno richiamano la necessità di integrare la disciplina e la struttura con l'accettazione dei propri limiti e delle forze inconsce. Il mito di Pan invita a riconoscere l'ombra della paura e a trasformarla, non reprimendola ma accogliendola come parte dell'essere umano.

James Hillman¹³, con il suo approccio alla psicologia archetipica, ci invita a vedere gli attacchi di panico come un richiamo dell'anima. Non sono solo disturbi da “curare”, ma esperienze che possono condurci a una maggiore consapevolezza di noi stessi. L'attacco di panico è, in questo senso, un messaggero di Pan: il corpo e la psiche ci costringono a fermarci, a tornare al qui e ora, a riconoscere che non possiamo sempre controllare tutto. Il panico emerge spesso in persone che hanno una tendenza al controllo eccessivo, come la madre di Pan, che rifiuta il figlio perché non rientra nei suoi schemi. Il mito di Pan ci offre una via per lavorare con gli attacchi di panico. Accogliere Pan significa riconoscere e integrare la paura, non cercare di reprimerla o evitarla. Nel momento in cui accettiamo il suo messaggio, la paura perde il suo potere paralizzante e si trasforma in una guida verso la conoscenza di sé.

Ma se comprendiamo il motivo della sua esistenza, se passiamo in rassegna il senso delle sue manifestazioni patologiche nella nostra vita, del bisogno che la divinità possiede, che desidera vengano soddisfatte possiamo diventarne amici. Jung scriveva che gli dèi sono diventati malattie¹⁴, questo accade quando non li ascoltiamo, non ci ascoltiamo. Ascoltare gli dei, donargli una nuova narrazione personalizzata nella nostra vita, inserirli nel nostro quotidiano con il giusto riconoscimento significa averne consapevolezza, prendere consapevolezza del disturbo e imparare prima a convivere, accettarlo e superarlo. Gli Dei di cui parliamo non hanno nulla a che fare con Dio e la religione, ma sono le personificazioni necessarie per parlare degli istinti, dei comportamenti

¹³ Cfr. J. HILLMAN, *Saggio su Pan*, Adelphi, Milano, 1977

¹⁴ Cfr. J. HILLMAN, *La vana fuga dagli Dei*, Adelphi, Milano, 1991

umani, biologicamente determinati che vengono poi analizzati dalla psicologia.

Alla luce di quanto emerso appare evidente che il racconto e la narrazione possano essere utilizzati durante una seduta psicologica e che l'astrologia, il tema natale personale, viene utilizzato come un linguaggio per amplificare i significati del mito stesso e inserire il paziente in una situazione emotivamente coinvolgente. È fondamentale, come ricordava C. G. Jung, che il paziente creda in questo approccio, che si senta partecipe attraverso il proprio tema natale personale in relazione con il cielo e miti che sono rappresentati da Segni e pianeti affinché l'intervento risulti efficace.

In relazione a Pan desidero evidenziare che gran parte dei capitoli su questo argomento sono ripresi totalmente dal mio libro: *Disturbo di Panico e Astrologia: Dal mito, al sintomo, alla psicologia, all'astrologia*¹⁵.

¹⁵ P. QUAGLIARELLA, *Disturbo di Panico e Astrologia: Dal mito, al sintomo, alla psicologia, all'astrologia*. Amazon Direct Publishing, 2023

Parte seconda

Una raccolta di studi e ricerche

Prefazione

L'astrologia accompagna l'umanità fin dall'antichità, ma oggi – al di là delle pretese divinatorie – torna a destare interesse come linguaggio simbolico capace di risuonare con la psiche. Questa raccolta di articoli nasce per esplorare tale prospettiva, mostrando come i simboli zodiacali, se utilizzati in modo critico e relazionale, possano favorire insight, autoriflessione e crescita personale.

Dapprima viene ripercorsa la parabola storica che, dalle radici mesopotamiche al pensiero junghiano, ha trasformato l'astrologia da sistema predittivo a mappa metaforica della psiche. Seguono le evidenze empiriche: studi qualitativi e quantitativi dagli anni Ottanta a oggi indicano che un uso strutturato dell'astrologia in contesti di counseling può rafforzare autostima, senso di controllo e consapevolezza, pur senza dimostrarne validità causale. Questi effetti sembrano radicati nella funzione narrativa e immaginativa del simbolo, non in un influsso “reale” dei pianeti.

Le neuroscienze sostengono questa ipotesi: ascoltare una storia coerente, anche in chiave astrologica, sincronizza l'attività cerebrale di narratore e ascoltatore, mobilitando reti emotive e mnestiche che facilitano il cambiamento. Ciò spiega perché molte persone trovino conforto nel racconto astrologico durante fasi di crisi o transizione.

Il lavoro affronta poi le critiche scientifiche – dagli esperimenti di matching all'effetto Forer – che collocano l'astrologia tra le pseudoscienze quando pretende di predire eventi. Da qui l'esigenza di un

uso etico: presentare l'astrologia come metafora, evitare determinismo e dipendenza dal "guru", ottenere consenso informato e integrare competenze psicologiche solide.

In ultima analisi questi articoli invitano a superare la sterile contrapposizione tra scienza e mito. L'astrologia, intesa come "bussola narrativa", non sostituisce la diagnosi clinica né pretende verità oggettive, ma può diventare un dispositivo di senso e di relazione. Adottata con rigore, trasparenza e spirito critico, essa offre una via per armonizzare ragione e immaginazione, restituendo al consultante la possibilità di rileggere la propria storia alla luce di archetipi che – come le stelle – parlano da millenni alla nostra parte più profonda.

