



BIOTRANSENERGETICA – APPROCCIO TRANSPERSONALE DI PSICOTERAPIA

Giovanna Calabrese M.D., Ph. D.

La Biotransenergetica è un modello di psicoterapia che si caratterizza per un approccio olistico e integrato, tenendo in considerazione tutti gli aspetti dell'individuo: quello fisico, energetico, emotivo, mentale e spirituale.

La Biotransenergetica ritiene che una situazione di benessere sia caratterizzata da uno stato armonico in cui l'integrazione dei cinque livelli consente all'energia vitale di fluire liberamente, con polarità e ritmo. Qualsiasi evento, pensiero o emozione che si oppongono a questo fluire, causando un blocco, determinano una disarmonia. Con il tempo ciò può portare a cronicizzazioni che si esprimono a livello fisico ed energetico, con dolori e patologie fisiche, a livello mentale ed emotivo con problemi psicologici. L'approccio terapeutico è teso a riportare una situazione di armonia, non forzando il blocco, ma cercando di dissolverlo.

La psicoterapia si basa anche su alcune pratiche di meditazione che permettono di raggiungere uno stato non-ordinario di coscienza in cui il processo terapeutico possa aver luogo. Tali pratiche, che possono essere descritte come meditative, generalmente indicate con il termine di mindfulness, o come pratiche psico-corporee di meditazione, lavorano sui piani sottili favorendo l'integrazione dei cinque livelli e il dissolvimento del blocco. In questo processo lo psicoterapeuta è l'alleato che guiderà e sosterrà il paziente.

Da uno studio clinico condotto con 7 psicoterapeuti BTE e 13 pazienti, per un totale di 121 sedute cliniche, è stato possibile definire alcuni aspetti concettuali e strutturali della BTE. Lo studio era mirato alla descrizione del Transe, cioè del campo di coscienza non ordinario in cui lavorano lo psicoterapeuta e il paziente; in particolare l'intento era di descrivere come il Transe agisce nel processo terapeutico.

Integral Transpersonal Institute, Via Villapizzone 26, 20156, Milano
Tel. 0039 028393306 – Fax 0039 0287084230
email: transpersonal@fastwebnet.it – www.integraltranspersonallife.com



Dal punto di vista degli aspetti concettuali, è emerso che il Transe consente un distacco dai contenuti mentali ed emotivi che sono spesso causa di sofferenza; allo stesso tempo permette di raggiungere un'integrazione dei cinque livelli. I pazienti riferiscono che il processo terapeutico che si realizza mediante questi due passaggi, porta ad una sensazione soggettiva di benessere che è stata descritta dai pazienti come una maggior capacità di ascolto di sé, dei propri bisogni e dei propri meccanismi psicologici, ed allo stesso tempo una maggior capacità di ascolto anche dell'altro, migliorando in generale le relazioni interpersonali.

Per la psicologia transpersonale questo processo si può leggere come una prima tappa nel percorso evolutivo, in cui la storia personale, con gli eventi biografici che la , viene trascesa e inclusi in un più ampio orizzonte del Sé.

Attraverso la dis-identificazione e l'integrazione si realizzano i due cicli terapeutici descritti in Biotransenergetica: il ciclo primario di osservazione-accettazione e consapevolezza e quello secondario di contatto mobilitazione, direzione e trasformazione.

Dal punto di vista strutturale la presenza dello psicoterapeuta è caratterizzata da una posizione di ascolto e osservazione, senza interventi direttivi o di interpretazione. Inoltre lo psicoterapeuta partecipa anch'egli al Transe con un coinvolgimento dei cinque livelli.

Questi aspetti concettuali e strutturali, caratterizzano la BTE e la fanno rientrare nell'ambito di quel filone di psicologia detta transpersonale. Inoltre, sulla base di queste teorizzazioni ed evidenze cliniche la BTE si propone sia in un campo specificatamente terapeutico che in un campo di evoluzione personale.