

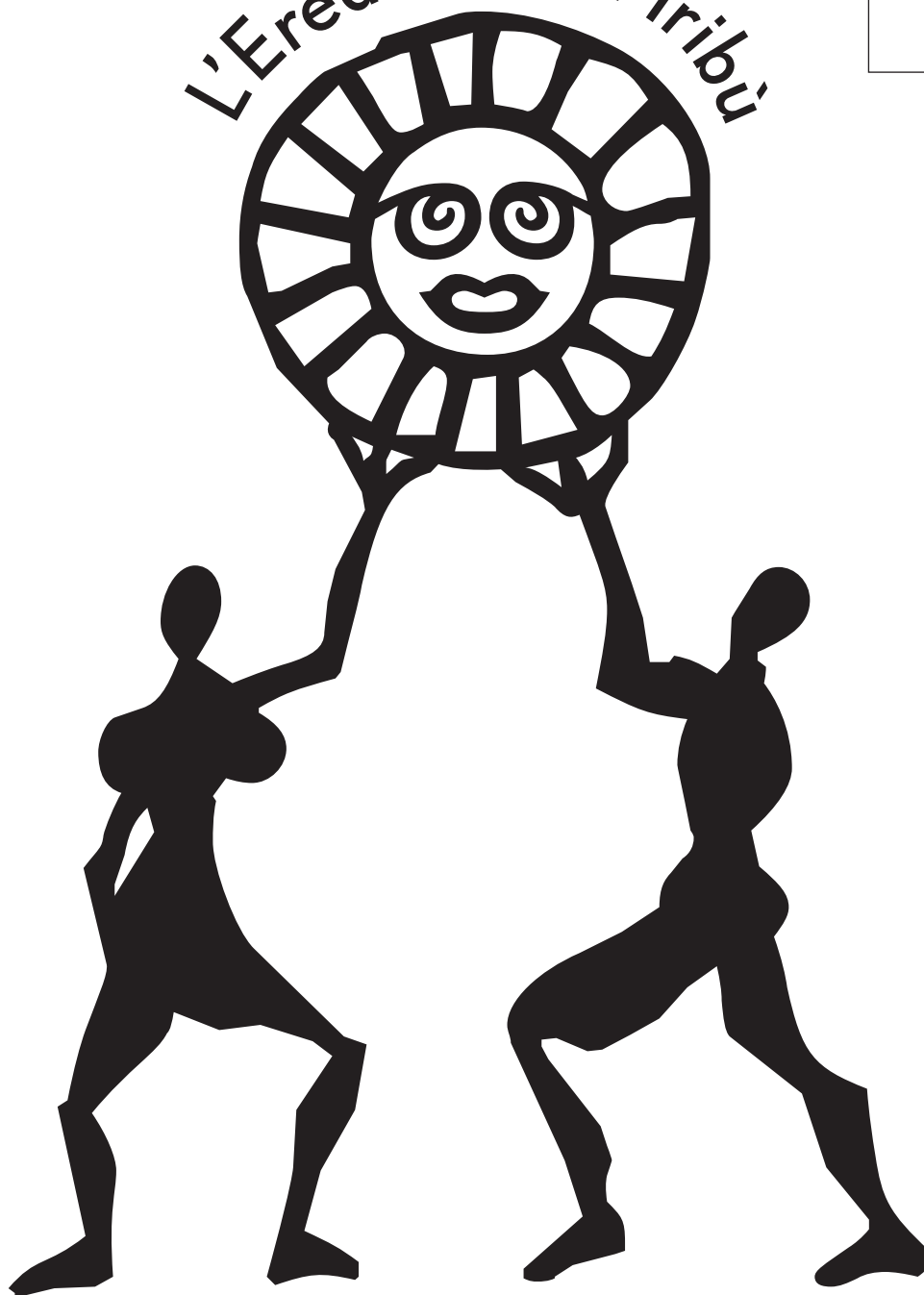


la visione sottile

numero monografico

8

L'Eredità della Tribù



Editoriale

Nell'ottobre 1999 (sabato 23 – domenica 31) abbiamo organizzato una settimana di iniziative in programma in tutta la città ('Incontri Aperti', offerti da alcuni tra i più qualificati centri milanesi di Benessere e Crescita Personale) e tre giornate di convegno-evento presso il Teatro dell'Arte di Milano. In quell'occasione, prestigiosi esponenti italiani e stranieri del movimento transpersonale si sono incontrati a Milano per condividere, presentare e sperimentare con il pubblico i contenuti e lo spirito di questa filosofia, nuova e insieme perenne.

Vi sono state dunque tavole rotonde, workshop, cerimonie rituali, lezioni teoriche e pratiche, concerti e proiezioni video, performance musicali e teatrali, un'esposizione d'arte visiva e una rassegna cinematografica realizzata in collaborazione con la Cineteca Italiana. Abbiamo cercato cioè di considerare e rispondere su più livelli convergenti, sia riguardo gli ambiti teorici e applicativi (ricerca scientifica, filosofica, spirituale, artistica, sociale e terapeutica) che verso le persone intese in senso olistico (insieme di corpo fisico, corpo energetico, emozioni, mente e spirito). Ad esempio, per non trascurare il piano corporale, abbiamo offerto bevande salutari e cibi vegetariani, integrali, biologici e possibilmente provenienti dal commercio equo e solidale; inoltre, grazie alla generosa collaborazione di operatori specializzati nelle diverse discipline, i partecipanti hanno avuto accesso a trattamenti e incontri individuali gratuiti.

Il cuore dell'iniziativa è stato perciò un'esperienza concreta, multimediale e multiprospettica, da vivere pienamente in quel particolare momento e, nello stesso tempo, da cogliere fuori dello spazio-tempo (mi si perdoni il gioco di parole).

Lo ricordammo in quell'occasione: il movimento transpersonale, tra le altre cose, ci invita all'apertura, al superamento dei confini (ad esempio di spazio e tempo) e del concetto stesso di confine, verso una realtà essenziale e un nuovo centro, individuato ma non più separato dal mondo. Ancora oggi risuona l'eco di quell'incontro, da cogliere oggi, domani e sempre, come per l'eredità della tribù.

A distanza di quattro anni e in aggiunta al catalogo pubblicato all'epoca, abbiamo perciò deciso di affidare a questo numero monografico della rivista il compito di ricordarci le parole espresse in quell'occasione: uno stimolo ulteriore per riflettere, capire, cambiare. Non abbiamo potuto riportare la trascrizione letterale delle tavole rotonde e di tutti gli interventi degli ospiti invitati, per ragioni editoriali e tecniche così come per una questione di leggibilità, visto lo stile molto discorsivo e la natura esperienziale o artistica di molti interventi, impossibili da raccontare in tutta la loro forza e bellezza. Chiediamo quindi comprensione per le inevitabili assenze e i possibili errori*, dei quali ci scusiamo in anticipo con i relatori. Invitiamo peraltro tutti coloro che parteciparono all'evento e ogni lettore della rivista a comunicarci presto la propria esperienza e punto di vista, preziosi contributi per un discorso che, sin dall'alba dell'umanità, prosegue senza interruzione nei nostri cuori.

Vi attendiamo all'indirizzo ferraris@biotransenergetica.it

Davide Ferraris

* Gli interventi riportati non sono stati rivisti dai relatori.

Si ringraziano ancora tutti coloro che contribuirono alla realizzazione dell'iniziativa:

Gli ospiti

Alejandro Jodorowsky, Alex Polari, Alfredo Ancora, Antonio Ferrara, Romano Bertuzzi, LeoNilde Carabba, Arturo De Luca, Awahoshi Kavan, Carlos Warter, Carlo Moiraghi, Doug Von Koss, Filippo Falzoni, Gianfranco Draghi, Italo Bertolasi, Laura Boggio Gilot, Luigi Chiriatti, Marco Bertali, Marco Margnelli, Maria Luisa Magagnoli, Marlene Silveira, Matteo Guarnaccia, Massimo Rosselli, Pedro Miguel, Pierluigi Lattuada, Annalisa Peloso, Pierre Weil, Raffaele Morelli, Rosalba Terranova Cecchini, Stan Grof, Vittorio Caprioglio

I centri aderenti

Acqua Bianca – Centro Erboristico e Terapie Naturali, A.I.R. – Associazione Italiana Rebirthers, Associazione I.P.T. – Integrazione Posturale Transpersonale, Associazione Om – Istituto di Biotransenergetica, Campi di Luce – Centro Funzionale Terapie e Discipline Olistiche, Istituto di Psicointesi, ISPA – Istituto Sperimentale di Psicodinamica Applicata, Olistica, Scuola di Shiatsu Ken Ko Ho, SISSC – Società Italiana Studio degli Stati di Coscienza, Tempio Zen "Il cerchio", Terra Gaia

I volontari dell'associazione Om

Gianni Alfieri, Paolo Balducci, Monica Ballardini, Maria Bambara, Nadia Bizzaro, Donatella Brazzoli, Marco Cappellaro, Mirella De Angeli, Daniele de Caro, Bruno di Loreto Wurms, Davide Ferraris, Beppe Grasso, Jana Kokrahnek, Pierluigi Lattuada, Gianfranco Marazzani Visconti Terzi, Nicola Michelon, Paola Miotti, Claudio Pini, Lucio Ravagnan, Evemar Lopes Rossiter, Matteo Salsano, Marlene Silveira, Claudio Tomati, Maria Antonietta Toninelli, Adriana Verlangieri, Bruna Villante

Gli sponsor, i sostenitori, le Istituzioni

Riccardo Barletta, Anna Cirignola, Giancarlo Politi, Giovenzana Multistore, Luxoro Deposito, Marazzani Visconti Terzi – Arte, Tipolito Uggè di S. Bottelli, Regione Lombardia, Regione Veneto, Provincia di Milano

LA VISIONE SOTTILE

Anno 7, n° 8 – 2003, II semestre
Registrazione Tribunale di Milano n° 590 – 28/09/1996

Editore

Om – Associazione per la medicina e la psicologia transpersonale
Via De Amicis 51, 20123 Milano
Tel/fax 02.83.93.306
info@biotransenergetica.it www.biotransenergetica.it

Direttore scientifico

Pierluigi Lattuada

Direttore Responsabile

Davide Ferraris

Redazione

(via De Amicis, 51 20123 Milano)
Paolo Balducci, Maria Bambara, Mirella De Angeli, Bruno di Loreto Wurms, Nicola Michelon, Claudio Pini, Lucio Ravagnan

Graphic design

Alessia Tinelli

Collaborazione

Daniela Suman

Stampa

Arti Grafiche Venete srl, via T. Abbate 38, Quarto d'Altino – Venezia

Introduzione

Tanto tempo fa sono partito per un viaggio e, ad un certo punto, ho incontrato un maestro in una foresta. Ho interrogato questo maestro e il maestro mi ha risposto. Vorrei leggersi la sua risposta, in modo che questo sia il nostro modo per presentare l'idea e il sogno di questo incontro:

«Ascolta piccolo uomo, perché questa è la tua lezione sulla libertà e sull'amore; la libertà che a suo tempo intuisti di restare dove sei, l'amore di chi dispone per te questi giorni oscuri. Parliamo a te per parlare al tuo popolo: tu chiedesti l'inizio e questa è la soglia. Tu chiedesti il miraggio di giorni liberi, ma già ti domandasti quanto vorace sia il sorso della libertà, tutto divora il suo vortice ingorgo. Acceso dal fuoco incorruttibile della naturalezza naturale, tu già scorgevi il manto greve della responsabilità di stendersi sul volo inafferrabile del libero andare. Credi forse che fare ciò che vuoi possa renderti edotto circa la vera natura della libertà? Saper stare dove non staresti mai, questo ti attende e può renderti libero. Tu che vivi romanzi d'amore, davvero credi che quel disperato bisogno di riempire il tuo vuoto possa chiamarsi Amore? Davvero credi che la storia infinita dei tuoi incontri e abbandoni, dei tuoi slanci, dei sospiri e delle pene degli affreschi rosa dipinti dalla scatola elettronica, possa chiamarsi Amore? Che la tua caccia notturna quando ti mascheri a festa, quando ti mostri nello splendore di sorrisi da copione, quando danzi il tuo rito di auto-presentazione, possa chiamarsi Amore? Che la tua cortese pazienza tessuta negli anni, come il ragno la tela, la tua scorza dura della sopportazione, depositata come i ghiacci dell'artico sulle onde increspate di rapporti datati, possa chiamarsi

Amore? Che l'esorcismo dell'ombra perpetrato con astuzia diabolica dalle armi bifide della logica, il paradiso di cartapesta masticato con solerzia nei tuoi giorni normali, possa chiamarsi Amore? Allora io ti dico di lasciare la presa, perché l'amore non fa per te. Allora io ti dico di non rispondermi nulla e pregare il tuo Dio, affinché le nebbie dell'importanza personale mantengano il loro sguardo misericordioso tra il tuo sguardo e il cielo. Ti aspetterò nel blu, quando lo squarcio inevitabile del padre busserà alla tua anima, quando chinerai il capo nella polvere e reciterai dal cuore 'sia fatta la tua volontà'. Allora sarà giorno di festa e ti mostrerò il raggio radioso dell'Uno. Allora danzeremo insieme la danza delle Quattro Direzioni e canteremo insieme il canto dei Diecimila Esseri. Allora mi vorrai bene e col rimbalzo festoso della bellezza disporrai il tuo sguardo triplice all'osservazione delle cose così come sono; coglierai nel fragore delle acque bianche il discorso fecondo dell'impermanenza, la lezione limpida del sangue di Cristo versato - così sia nel Nome del Padre. Allora sentirai la sua voce, 'amatevi gli uni con gli altri come io vi ho amato' e coglierai nel soffio dell'Ovest il sorriso eterno della leggerezza, l'onda ridondante dell'andare e venire, donato dal verbo per ogni cosa al suo posto. Oppure vedrai le fronde dei faggi recitare il poema di foglie cadute, omaggio alla madre che rimesta il suo grembo per lo strazio puntuale della vita che verrà. Vedrai i fiori della rosa canina donare se stessi e non chiederti in cambio di essere diverso. Coglierai l'amore di un giorno di sole e non basterai a te stesso per l'incanto dell'estasi. Allora mi dirai 'io sono te o mio Signore' e l'occhio unico dell'Osservazione coglierà l'inizio e la fine nell'attimo eterno».

Pierluigi Lattuada

Stati di coscienza nella metropoli di fine millennio

Interventi di Alex Polari, Marco Margnelli, Matteo Guarnaccia



Alex Polari

TROVO CHE LA METAFORA che dà nome a questo nostro incontro (L'Eredità della Tribù) sia molto suggestiva, perché siamo qui a cercare la nostra identità in questa crisi planetaria attuale e per questa ricerca sembra molto utile il concetto di tribù: stiamo recuperando un nostro aspetto ancestrale, un senso originario che, in questo mondo, si trova così perso e frammentato. Dopo che sono stati commessi tanti equivoci in nome della riproduzione della specie, da quando questa tribù ha incominciato la sua giornata evolutiva, accettare questa eredità richiede che noi si possa riconoscere chi sono i fratelli. Riconoscere, in mezzo a questa impersonalità e sterilizzazione della cultura, chi sono i nostri fratelli e compagni, autori di questa nostra opera non conclusa.

Noi abbiamo la grande responsabilità di essere protagonisti di questa giornata così importante per la terra; alla fine della giornata di una vita, avendo acquisito una conoscenza reale e una certezza di quello che andremo ad incontrare dall'altra parte, potremo uscire da questo mondo con serenità. Perché per separarci da questa materia non basta avere fede, è necessario avere anche conoscenza. Senza una rinascita spirituale, la nostra vita in terra nega se stessa; senza una conoscenza spirituale, la nostra autocoscienza non si mantiene, si dissolve. Questo è più o meno ciò che ho incontrato attraverso l'uso delle piante sacre. Esse hanno avuto un'importanza fondamentale nella mia vita, mi hanno dato la certezza che una conoscenza spirituale vera dipende da una grande integrità interiore; altrimenti rischiamo di confondere questi stati di esaltazione emozionale e di adesione ad una causa, anche sia emozionale, con una reale esperienza mistica.

C'è una grande preoccupazione in merito alla purificazione della nostra mente ed è una preoccupazione di carattere etico, per restare molto coscienti e disattivare questa enorme fabbrica di fantasie, desideri e delusioni che è la nostra storia personale. Quando non c'è chiarezza rispetto alle nostre rivelazioni interiori della realtà spirituale, quel poco che noi raggiungiamo dev'essere setacciato e ricercato in mezzo alla miriade di proiezioni della nostra mente. Se noi confondiamo 'la Rivelazione' con questi condizionamenti mentali, il nostro apprendimento diventa senza senso: l'essere non arriva a incorporare questa esperienza e rimane imprigionato in una sorta di sdoppiamento ontologico.

Sappiamo che il pensiero e la logica convenzionale sono colmi di ostacoli che ci impediscono di arrivare ad una comprensione chiara di quello che è necessario sapere. La mente ha una forte tendenza a riprodurre sempre gli stessi schemi e, normalmente, le persone perdono molto tempo con cose che non sono utili.

Per questo nei nostri giorni la rivalorizzazione e l'uso della tradizione sciamanica delle piante sacre è così forte, perché esse ci possono dire delle cose molto valide e attuali su noi stessi, sui fratelli della nostra tribù e su tutto l'universo che ci circonda. Ci possono ispirare anche molto amore per le creature viventi, possono anche suscitare in noi un sentimento di urgenza etica e spirituale, per il nostro pianeta e per l'umanità che lo abita. Questo è un fatto abbastanza significativo e straordinario, perché si tratta di temi di grande attualità ed è urgente per noi tutti risolvere i nostri problemi al più presto. Questi problemi, nella loro essenza, possono però essere risolti oggi solo attraverso la trasformazione e l'espansione della nostra coscienza. Qualcosa che non può aspettare né la biologia, né la storia, né la genetica. È per questo che il cammino con queste piante è una scorciatoia, un cammino molto ra-

vido, perché non abbiamo più molto tempo per decidere niente. Le piante sacre sono induttrici del volo sciamanico, ci liberano e ci connettono con la realtà del mondo spirituale, qualcosa al di là dello psicologico e dello psichico, al di là del noetico, pieno di mistero, un luogo dove possiamo comunicare con le entità spirituali, con gli spiriti ancestrali e con la nostra propria divinità.

Dio ancora può parlare con noi e il suo è un linguaggio divino: sempre è stato e sarà un linguaggio visionario, pieno di simboli, fuori del tempo e dello spazio eppure totalmente presente nel suo darsi. La realtà visionaria non si inquadra all'interno dei parametri dell'ego cartesiano e della geometria euclidea: come per l'enigma della sfinge, dovremo comprendere o saremo divorati.

Le visioni chiedono che noi si restituisca loro lo stato di realtà e non di allucinazione. Senza questa resa, noi non sapremo muoverci attraverso di loro, né nei loro scenari luminosi, né nei loro labirinti oscuri. Non sapremo nemmeno cogliere i significati profondi, che possono portarci cura, conforto e conoscenza per le nostre vite e per ciò che è al di là della nostra vita fisica. In molte culture della storia precedente, fu attraverso le visioni dei santi, dei mistici, dei visionari che furono elaborati sistemi etici e spirituali che ancora oggi reggono l'umanità. I miti, le cosmologie e le leggende di oggi sono le reliquie di questo immenso edificio visionario: è questo che univa i nostri antenati alla visione sacra della vita e dell'esistenza. Questo è stato in gran parte frutto di un'intensa simbiosi fisica, culturale e religiosa con il mondo vegetale, con le sue proprietà medicinali e psicoattive. Dobbiamo valutare con molta attenzione quello che significa la rivalutazione di questa tradizione, perché l'attualità di questa tradizione è la capacità che ha di sviluppare la nostra coscienza: ci apre un cammino arduo, ma molto intenso e ricco di speranza, che è l'unico punto di partenza sicuro per i ricercatori spirituali di realizzare in questo mondo la loro missione spirituale.

Ritengo importante dare un grande valore a questo cammino delle piante sacre enteogene. Dobbiamo dare molto valore alle scuole iniziatiche che lavorano con le piante sacre, come ad esempio il culto dei nativi americani con il *peyote* o quello della *tabernante iboga* nell'Africa centrale. Questi sono i rappresentanti genuini di questa nostra grande tribù, hanno un messaggio molto importante e potente per noi, un messaggio che può aiutare il riscatto etico e spirituale del pianeta.



Marco Margnelli

CREDO DI DOVER FARE UNA PREMessa abbastanza lunga, prima di arrivare a parlare dell'estasi. Anch'io sono stato molto colpito dal titolo di questo convegno, che trovo veramente suggestivo e fertile di interpretazioni. Prima di tutto c'è la parola 'Eredità': l'eredità è un patrimonio che si riceve da un defunto, quindi prima di tutto ci dobbiamo chiedere chi è il defunto. Naturalmente è chiaro che si tratta della cultura tribale e cioè la tribù. Poi dobbiamo chiederci chi sono gli eredi, ovvero noi, che cosa ereditiamo e inoltre dobbiamo chiederci che figura è l'ereditiere. In genere, chi eredita un patrimonio sta già facendo altre cose e questo patrimonio cade in una situazione nella quale non è propriamente necessario, quindi può essere messo da qualche parte in modo infruttuoso o a fruttificare in modo occulto, non diretto e non utile nell'immediato. Credo che questa sia la chiave di lettura che dobbiamo dare alla parola 'eredità della tribù'. Poi c'è anche da analizzare il significato di tribù: noi siamo una tribù? La tribù per definizione è una congrega di pochi individui, i quali hanno la possibilità di conoscersi tutti a fondo quotidianamente e di costruire giorno per giorno un'esperienza di vita attraverso il confronto, la comunicazione, forse anche attraverso l'amore reciproco e quindi di portare avanti un cammino collettivo, comune, che è rassicurante e protettivo. Noi tutto questo l'abbiamo perso, ecco perché ci troviamo ad essere degli ereditieri di un patrimonio che non sappiamo usare.

Paragonerei questo patrimonio ad un pacchetto azionario, dove ci sono azioni che appartengono a diverse categorie di produttività e quindi ciascuno di noi ereditieri prenderà da questo patrimonio solo particolari azioni e le renderà fruttifere per i suoi scopi. Lasciando le altre

azioni magari ancora in deposito, perché in quel momento non gli servono. Cosa voglio dire con questa metafora? Che tutto il discorso di Alex Polari sull'importanza che ha il contatto con la natura vegetale, in una città dove c'è solo cemento e asfalto, non ha molto significato. Io ho trovato molto più utile dedicarmi ad un altro tipo di azioni, che sono quelle interne, cioè l'eredità della tribù nel senso della conoscenza di se stessi. C'è un patrimonio molto grosso, ricco, bello, importante, che proviene da varie tribù, non solo quelle occidentali, ma soprattutto forse quelle orientali e questo patrimonio è stato lasciato a fermentare per secoli, solo perché la nostra cultura occidentale ha operato una scelta intellettuale che è diversa da quella che invece noi oggi ci troviamo a dovere affrontare. Si è creato un vuoto: questo vuoto, per fortuna, può essere riempito giusto ricorrendo a questo lascito, che per anni è rimasto inoperoso.

Io dunque mi sono dedicato all'eredità che le tribù del passato ci hanno lasciato circa la conoscenza di se stessi e questo per me è il percorso

«Ci viene insegnato accuratamente a gestire lo stato di coscienza vigile, ma non ci viene detto nulla su tutti gli altri, i quali finiscono per essere considerati pericolosi stati di alterazione, malattia e perciò da evitare il più possibile»

evolutivo e la strada che occorrerà imboccare collettivamente. Non posso dire come tribù, perché secondo me il concetto di tribù non è più applicabile alla massa di persone che vivono oggi sul pianeta. Quindi la tribù è morta. Nasce invece qualcos'altro, una collettività più ampia, più difficile da connettere. C'è la cancellazione di una serie di culture che ormai sono diventate troppo strette o piccole, poco sviluppate, anche se hanno magari lasciato un piccolo granello di quest'eredità. Si sta facendo strada una cultura planetaria, nella quale c'è sempre più la tendenza a prendere delle decisioni che interessano tutta la massa che partecipa alla vita di questa collettività, con la fatale cancellazione delle piccole collettività. La coscienza planetaria è il nostro futuro. A questo probabilmente dovremo guardare. Nel momento in cui facciamo quest'analisi, ci chiediamo: "dove e quando storicamente la nostra cultura occidentale si è separata dall'eredità spirituale della tribù?"

È stato probabilmente all'epoca della nascita della scienza occidentale, del pensiero cartesiano, galileiano, del pensiero matematico. Noi abbiamo fatto una scelta in favore della mente critica e razionale e abbiamo abbandonato l'altra metà di noi stessi, che potremmo definire la poesia, l'arte, tutto lo spiritualismo. Facendo questa scelta abbiamo ottenuto dei grossi risultati a livello pratico e tecnologico, ma contemporaneamente abbiamo perso qualcosa e questa è la nostalgia oggi. Sentiamo nostalgia di questa parte di noi stessi che non abbiamo più, l'abbiamo persa e l'abbiamo messa da parte. Allora ecco che torna utile l'eredità.

Nella mia presentazione, compare spesso la parola 'stati di coscienza': uno stato interiore sul quale non sappiamo nulla, non ci vengono date istruzioni, non ci sono scuole che ci addestrino a gestirli; in poche parole, siamo passivi di fronte ai nostri stati di coscienza. Ci viene insegnato accuratamente a gestire lo stato di coscienza vigile, ma non ci viene detto nulla su tutti gli altri, i quali finiscono per essere considerati pericolosi stati di alterazione, malattia e perciò da evitare il più possibile. Alex ha fatto un elogio delle piante enteogene, le quali provocano una modificazione dello stato di coscienza, di tipo paraestatico (in quanto estasi indotta da una sostanza chimica), che mette in contatto con le divinità. Ecco uno stato di coscienza modificato che è stato pesantemente demonizzato: la cultura occidentale e soprattutto le decisioni politiche di carattere internazionale, hanno vietato questo tipo di modificazione della coscienza. Perché? Perché evidentemente viene ritenuto pericoloso, forse fa paura espandere la coscienza.

Allora torniamo al discorso di prima: è vero che queste sostanze fanno espandere la coscienza, Alex ha detto che con l'uso di queste sostanze ha avuto delle chiarificazioni spirituali dentro di sé che gli hanno dato un equilibrio e un significato della vita diverso. Questo non è un effetto negativo e allora perché ci sono state delle decisioni politiche che

hanno vietano questa auto-conoscenza di sé e questo genere di percorsi? Questo è un esempio dell'esplorazione del territorio interiore: l'eredità della tribù non ci dà solo le piante, ma tante altre cose. Quindi nella cultura, in questo caso italiana o cristiano-cattolica, ho trovato un'eredità tribale, che è quella dei mistici, di grande livello e interesse. Perché è un'eredità di tipo autoconoscitivo: l'esperienza estatica viene raggiunta attraverso delle pratiche che sono molto simili alle pratiche con le quali vengono raggiunte le estasi nelle altre culture; quindi c'è una collettivizzazione di quest'esperienza che merita di essere studiata e capita a fondo. Questa è la vera eredità. Ora, di solito l'ereditiere non condivide la mentalità di colui che è defunto, perché è di un'altra generazione; per cui, questa eredità la dobbiamo adattare a ciò che noi siamo oggi, non a quello che erano coloro che ce l'hanno lasciata. Noi abbiamo modificato il mondo, noi stessi e la società nella quale viviamo, ecco perché questa eredità deve essere decifrata e ammodernata. Questo è il lavoro che io mi sforzo di fare con le ricerche sugli stati di coscienza. L'estasi è uno stato di coscienza modificato che io ho studiato per vent'anni e posso dire che non è per niente uno stato di patologia; nella nostra cultura viene invece ancora presentato come uno stato 'alterato' e viene considerato il punto di passaggio tra una situazione parafisiologica e una patologia mentale vera e propria. Le cose non sono molto chiare. Questa mattina, per esempio, ho letto la recensione di un libro nel quale si dice che l'estasi dei mistici nostrani, cristiani cattolici, era patologia. Santa Teresa D'Avila, tanto per dire un nome. Essa avrebbe subito un trauma sessuale infantile e da quel momento avrebbe cominciato ad avere delle alterazioni della coscienza, che venivano chiamate estasi, ma che in altre occasioni sono state abbondantemente chiamate crisi isteriche e così via. Siamo ancora a questo punto! Ma l'estasi non è un fenomeno patologico, è uno stato limite, ma di grande livello perché è uno stato di passaggio, un'apertura, una porta verso qualcosa che merita di essere vissuto: il contatto con la divinità, ottenuto con mezzi naturali e non con mezzi chimici, con pratiche e tecniche di autocontrollo, che apre la coscienza e la mette in contatto con altre conoscenze. Si tratta di un patrimonio che è depositato nella nostra cultura, su scaffali polverosi come libri che nessuno legge, ma che adesso ci tornerà molto utile.



Matteo Guarnaccia

LA PSICHEDELIA NASCE IN UN MOMENTO in cui questo senso di mancanza, di nostalgia verso qualcosa che si è perso, emerge grazie anche a letture di personaggi come Aldous Huxley e altri autori, specialmente dell'area anglosassone, che hanno riaperto uno di questi scaffali polverosi. L'innamoramento che si verificò all'epoca per le sostanze psicoattive, come si diceva prima, fu dovuto al fatto che esse sono la via più sem-

plice e incontrollabile per decondizionarsi, per riacquistare una certa percezione, che non è detto che sia la più semplice rispetto alla 'visione', ma per lo meno è una possibilità. Psichedelia significa rivelare l'anima, aprire questa porta. Negli anni sessanta, anni in cui nasce questa parola, c'è stato un formidabile momento di iniziazione collettiva che è passato attraverso il corpo e la mente e una forte nostalgia per la vita tribale. Le famose esperienze delle comunità hippy californiane o olandesi, non hanno fatto altro che cercare di riappropriarsi della struttura tribale, che in quel momento aveva la possibilità di essere affrontata (non dico ricostruita, perché sarebbe troppo, ma almeno affrontata). Tribale nel senso di piccoli gruppi di persone che condividevano la stessa visione e una stessa speranza e che si riavvicinavano a una sorta di 'etnologia del sacro', per l'appunto dimenticata e impolverata. Questa formidabile opera di rimozione, che la società occidentale aveva operato nei confronti di tutto ciò che era istintivo e naturale, negli anni sessanta viene compresa in tutta la sua gravità. La tribù è la grande protagonista di questa riscoperta, ma essendo sperimentata da persone che non avevano mai vissuto in una società del genere, è stata più che altro una sorta di iniziazione, un momento di riappropriazione. Per cui, attraverso la psichedelia, la tribù è stata uno dei metodi per rivivere queste 'tecnologie del sacro'.

La psichedelia ha utilizzato la creatività, soprattutto la musica e le arti visive (il famoso viaggio psichedelico - non a caso uno dei primi libri che uscì su queste esperienze si chiamava 'Il Volo Magico', di Ugo Leonzio, ed. Sugar, Milano 1969) per riconnettersi con l'esperienza sciamanica, che proprio in quegli anni veniva tolta dalla visione polverosa, etnologica che aveva assunto in occidente, e di cui si cercava a tentoni di riappropriarsi. Tentativi più o meno naïf, ma sinceri, per riconquistare questa integrità, questa capacità di entrare nello spazio interiore, che era stato escluso dallo stato ordinario di coscienza. Diciamo che le torri di controllo del pensiero occidentale avevano escluso una certa area di volo. Perché? Da una parte la questione più semplice è che si tratta di un volo pericoloso, che non può essere intrapreso in modo tranquillo, anche perché mancano le coordinate; la società si è arenata in una situazione in cui ciò che è razionale viene considerato l'unico faro da seguire. Attraverso l'uso delle sostanze e di tecnologie come la musica e al danza, si è cercato di riappropriarsi di questa bussola. La ricerca non è ancora finita e, dopo aver iniziato a costeggiare le culture tribali, sta cercando oggi di riacquistare una modalità che sia legata al momento storico in cui viviamo. Per cui non più le penne, la pittura in faccia e i tentativi di riproporre le culture amazzoniche o himalayane, ma l'eredità profonda, lo sforzo di comprenderla e darle vita. La psichedelia è stato un momento molto importante di iniziazione collettiva, che però richiama ad una responsabilità precisa: capire qual è la nostra capacità di riappropriarci di questo spazio interiore. E la questione purtroppo è ancora tutta aperta.

Movimento Transpersonale - Manifesti a confronto

Interventi di Pierluigi Lattuada, Carlo Moiraghi, Vittorio Caprioglio, Marco Bertali



Pierluigi Lattuada

"LE PAROLE DICONO TUTTO O LE PAROLE NON DICONO NULLA. Dipende da chi le pronuncia e da chi le ascolta".

Un giorno ho pensato di comporre questo Manifesto Transpersonale. Tempo fa, insieme all'amico Carlo Moiraghi, presentammo quello olistico. In questo non vi è nessuna intenzione di proporre un qualche modello teorico al quale aderire, bensì l'intento è raccogliere i frutti di un cammino. Credo che la conoscenza, così come le parole, possa essere utilizzata per 'non vedere', per fare ombra su noi stessi, oppure può

essere uno strumento, un punto di riferimento per tenerci saldi nel cammino verso noi stessi. Carlos Castaneda ricorda che "la conoscenza e le spiegazioni non sono mai sprecate, perché preparano la strada alla conoscenza silenziosa". Quindi un manifesto, come qualsiasi altra definizione, ha senso se noi siamo in grado di utilizzarlo come qualcosa che prepara la strada alla 'conoscenza silenziosa'; o come qualcosa che emerge dalla nostra conoscenza silenziosa.

Questo per dire che le cose più essenziali non si possono dire. Quello che si dice e si spiega è un po' come se fosse il contorno, la ricaduta. Però, se prese nel verso giusto da chi le pronuncia e da chi le ascolta, le parole possono creare le condizioni per la vera conoscenza, quella es-

senziale, 'silenziosa'. Come esseri umani e come terapeuti, possiamo solo creare le condizioni, preparare la strada, togliere di mezzo ciò che ostacola. Per questo cercherò di parlare, piuttosto che del manifesto in quanto tale, di quanto noi possiamo fare per preparare il cammino. È da un po' di tempo che, prendendo a prestito i termini sciamanici di Castaneda, mi piace parlare di 'prima attenzione' e di 'seconda attenzione'. La prima attenzione è una coscienza originaria: nella prima attenzione le cose sono ciò che sembrano, i problemi sono i problemi, ci poniamo degli obiettivi e cerchiamo di realizzarli, gli altri sono a volte nemici e a volte amici, eccetera. È qui che la malattia si manifesta, come qualcosa che arriva, che noi dobbiamo combattere o capire. Nella seconda attenzione tutto è invece un flusso interconnesso di eventi; in essa sviluppiamo in qualche modo quella che può essere chiamata coscienza unitaria, coscienza intuitiva o olistica, insomma entriamo in una dimensione nella quale il flusso interconnesso degli eventi può essere colto. Quando ci troviamo in questa condizione, quando andiamo oltre la dualità, il mondo che conosciamo è un altro mondo, dove gli altri sono fratelli, compagni di strada, anziché nemici/amici. I problemi allora non sono più problemi, ma alleati, insegnamenti. Il sintomo contiene un potenziale creativo che ci sta conducendo in una certa direzione e tendiamo più facilmente a vedere le cose come sono, tendiamo più facilmente ad essere nel posto dove siamo in grado di cogliere la giusta azione.

«Mettiamoci in cerchio, in modo che ognuno veda il mondo dalla sua posizione, ma tutti siano nello stesso viaggio, nello stesso mandala unitario, uguali e fratelli»

La prima attenzione ha delle connotazioni di contrapposizione, al massimo di relazione buona, oppure oppositiva, ma sempre bipolare. La seconda attenzione è ben rappresentata dalla metafora del cerchio, che esprime l'unità e la totalità. Qui ciascuno è al proprio posto. Naturalmente tutte le cose sono come devono essere, ma nella prima attenzione non ce ne rendiamo conto, non sviluppiamo sufficiente consapevolezza per renderci conto che le cose sono come devono essere. Il cerchio aiuta molto di più a far questo. Il famoso cerchio della tribù, la sua eredità, potrebbe semplicemente significare: mettiamoci in cerchio, in modo che ognuno veda il mondo dalla sua posizione, ma tutti siano nello stesso viaggio, nello stesso mandala unitario, uguali e fratelli, come giustamente dicono gli indiani d'America e come è riportato nel Manifesto. Ciò che fa la differenza a mio avviso è lo stato di coscienza nel quale tu sei, cioè il posto dal quale guardi il mondo. A questo punto dobbiamo citare un altro aspetto, che è la capacità di trovare il proprio posto e muoversi all'interno del cerchio. Gli indiani, ad esempio, dicono che è come danzare nelle diverse posizioni della ruota. Allora ciò che conta è l'abilità di riconoscere il posto dove sei, di riconoscere che tutti coloro che sono nel cerchio con te sono tuoi fratelli e di danzare nelle diverse posizioni della ruota, di cambiare il posto, per poter vedere il mondo da altre direzioni. Queste modalità diventano qualità fondamentali.

La Biotransenergetica, che è il frutto di quello che mi sembra di aver capito nella vita, cerca di fare questo. Io so dove sono, io so padroneggiare la capacità di spostarmi nelle diverse posizioni della ruota. Quindi posso andare in transe, diventare l'altro, l'estasi, andare oltre i confini dei miei condizionamenti culturali, delle mie difese, paure, abitudini, eccetera. In questo modo io posso espandere la coscienza e posso conoscere l'altro, vedere l'altro con i suoi occhi, entrare nel suo mondo, non solo vederlo, ma anche essere l'altro, senza perdere la mia identità, perché ho espanso la coscienza e il mio centro è radicato nel mio posto del cerchio: io sono al mio posto ed espando la coscienza a comprendere i diversi elementi del cerchio. Quindi il cerchio mi dà unità. Questo essere al mio posto è la metafora dell'unità di coscienza. Io sono a casa e se io sono a casa posso andare dove voglio.

Ed è da navigazioni nelle dimensioni della coscienza che sono nate le proposizioni del "manifesto transpersonale". Dove Trans-personale, sta a significare ciò che è e va oltre l'individuale, la 'persona' junghiana,

gli aspetti del carattere, e procede dagli spazi superconsci della seconda attenzione, il luogo della coscienza unitiva. Si dice che della via si possa dire cosa non è, a cosa assomiglia o come fare a raggiungerla, ma non si possa dire cosa sia. Gli spunti del manifesto vogliono indicare l'esistenza di un luogo, uno spazio di coscienza dove è possibile attingere alla verità rispetto a noi stessi. Un luogo che la *filosofia perenne* descrive con una molteplicità di nomi, tanti quante le molteplici vie che vi conducono.



Carlo Moiraghi

MANIFESTO, MANIFESTARE, IL LUOGO DELLA MANIFESTAZIONE, l'esistenza è quello che diceva Lattuada: le parole vere o le parole inutili. Il taoismo indica un potere che abbiamo se lo attiviamo, se lo guardiamo, se lo siamo; questo potere si chiama 'Intenzione'. Nell'ideogramma che lo rappresenta c'è il cuore nella parte inferiore e il suono in quella superiore. Allora possiamo stare fuori dalle parole che pronunciamo e possiamo ascoltare parole con l'orecchio vuoto, possiamo metterci nella storia. Allora le parole, il silenzio che proponi e che ascolti, sei tu. Questo è il Manifesto. Tanti manifesti, perché ognuno ha scoperto l'eredità che ha ricevuto; il caso, quello grande e quello piccolo, a volte scopre l'intenzione o il desiderio di fondare se stesso e c'è questa manifestazione: l'esistenza. E guardando se stesso intorno a sé, scopre analogie e differenze e su questo fonda parole scritte o canti o sguardi. Dell'esistenza il taoismo ama la trasformazione e, della trasformazione di una giornata, indica le albe e i tramonti come luogo da vivere in sé. Perché lì trova due fondamenti del nostro scoprirci insieme individuo e universo: la fluidità dell'alba e la condensazione del tramonto. Quando viene il sole, la luce è già venuta da tempo. Dovunque ha aumentato tono e ai ragazzi piace passare la notte nel freddo, fianco a fianco e scoprire che l'alba è già venuta. La condensazione del tramonto, del rosso, della nuvola arcana che stringe la luce in un luogo che sparisce, ma dopo che è sparito il rosso emerge ancora. Chi si interessa di vitalità conosce la fluidità, perché è ciò che oggi manifestamente manca. Oggi, nel luogo della tensione, l'approccio al rifondare se stessi è la fluidità. Ma la fluidità è monca se non c'è la condensazione: stringi te stesso al centro e, nel centro, tocca la tua periferia. Sperimenta cosa significhi 'condensare', perché se condensi davvero, grande e piccolo sono nell'uno e tu con lui.

Transpersonale: oltre e dentro. Allora il Manifesto, il manifestare è osservare, è comprendere come io sono, dove siamo e chi siamo, perché gli altri siamo noi. Però in questo luogo, nel mondo di oggi, ci sono scienziati per nulla nel dubbio di sbagliare, portati altrove dalla mania della scoperta e di un futuro fatto di sementi che dovranno essere trattate affinché sopravvivano al gene della morte che hanno in sé.

Allora che volto ha questa realtà? Il mio riferimento è il taoismo e se guardi non il giorno, ma l'esistenza, vedi un'esistenza che si muove dai tempi della glaciazione, mediante quella magia della differenziazione e della moltiplicazione che non è che l'emergere della purezza e della trasparenza dal ghiaccio, che ha già in sé la chiarezza. Da lì magicamente emerge la vita e fiorisce e si moltiplica e si differenzia. Vita vegetale e poi, ancora più, vita che si muove, vita animale. E questa differenziazione produce il calore che brucia, il consumo, l'estinzione e allora glaciazione, moltiplicazione, crescita, sviluppo. Come fa una società a non comprendere che sviluppo e inviluppo, che crescere e diminuire sono due volti inscindibili? Come fa una società a vivere tra il giorno e la notte e professare unicamente la crescita? Come fa a essere così cieca? È così cieca perché è lì che Shiva, il grande distruttore, nell'inconsapevolezza, distrugge.

Allora dove siamo? Siamo dove la moltiplicazione, la crescita, lo sviluppo ha già esaurito o sta esaurendo il momento dell'abbondanza e, volente o no, inizia la scarsità, il declino, mediante scienziati che credono di perseguire altro, ma che sono all'interno di un piano. Siamo in un luogo dove ci sono due volti, la pianta sacra e la pianta deforme che ha in sé la morte, la vita sacra e la vita deforme che non vuole più la morte. Di qui la necessità di rifondare noi stessi e di manifestare quel niente e quel poco che, però, sentiamo.



Vittorio Caprioglio

DI FRONTE ALLA PAROLA MANIFESTO, sento l'esigenza di mettere un punto di riferimento forte, un punto di riferimento epistemologico. Come medico, provengo da un certo tipo di formazione e di lavoro faccio il formatore, quindi la necessità che molte volte mi viene presentata è quella di cercare di fare chiarezza. Allora, in questa nostra epoca in cui la scienza transita attraverso binari di grande certezza, devo dire che la medicina psicosomatica, che in questo senso è vicina al percorso transpersonale che Pierluigi Lattuada prima ha tratteggiato, va a cercare un punto di riferimento nel pensiero junghiano e lì coglie un aspetto che a mio avviso può essere associato alla parola rivoluzione. Quando Carl G. Jung un giorno teorizzò il concetto di sincronicità, ci offrì l'opportunità di rivoluzionare la nostra visione del mondo. Questo concetto è talmente forte che merita di essere raccontato: Jung un giorno, nel suo studio, sta visitando un paziente e sta per comunicare a questa persona che la loro relazione terapeutica non funziona, non ha portato a nulla e che quindi sarebbe meglio interromperla, quando questa paziente accenna a raccontargli un sogno: il sogno dello scarabeo. In questo sogno una scarabeo aureo fa la sua comparsa, Jung ascolta e mentre ascolta sente battere alla sua finestra: è uno scarabeo! Jung, tutt'altro che digiuno da conoscenze mitologiche orientali e occidentali, sa anche molto bene che lo scarabeo è un animale sacro agli egizi. Sacro perché ha un comportamento molto suggestivo e singolare: prima dell'inverno nasconde sotto la sabbia delle palline di feci che serviranno in primavera per nutrire le larve, quindi la morte che si trasforma in vita. Quindi la sacralità dello scarabeo, il sogno della paziente, il fatto che questo sogno compaia in un momento in cui la terapia sembrava con-

«La cosa forse più interessante di tutte è che questo centro-sé, che ci anima, che ci vive e ci tiene assieme, funziona senza nessuno sforzo alcuno, senza fatica»

cludersi in maniera fallimentare, fanno in modo che da quella seduta la terapia prenda nuova vita, così come gli studi di Jung. Da lì in avanti la sua produzione teorica diventerà quella più significativa. Si chiede Jung che cosa tenga insieme tutti questi elementi, sembra quasi che in qualche modo uno rimandi all'altro. La storia della paziente, il suo sogno, il simbolo dello scarabeo, la relazione terapeutica, come stanno insieme questi elementi? Da qui l'idea forte, che si debbano smontare i parametri spazio-temporali sui quali la nostra cultura ha costruito le sue basi, per proporre di nuovi. Uno dei quali è appunto il tema della sincronicità, secondo cui eventi tra di loro simili sono la stessa cosa per sincronicità. Il tempo e lo spazio non esistono, il mondo è retto da analogie di senso e non da processi causali, ovvero un evento ne scatena un altro, ma eventi simili si raggruppano. La questione è forte, talmente forte che obbliga a cambiare completamente l'approccio alla vita, così come obbliga chi lavora in ambito clinico a rivedere completamente l'approccio al paziente. Parlando di Manifesto, a mio avviso troviamo in questo una sorta di punto di partenza significativo.

Se non partiamo da un concetto del genere, rischiamo di ripercorrere tratti che la scienza ancora oggi non ha rimesso in discussione. Solamente all'inizio del secolo, alcuni fisici si sono interrogati su fenomeni che poi hanno portato al Principio di Indeterminazione di Werner Heisenberg, piuttosto che alla Teoria della Relatività di Albert Einstein. Si sono accorti, ad esempio, che fra l'osservatore e l'osservato esiste una relazione: io faccio un esperimento e questo cambia a seconda che lo faccia io o un altro, che lo faccia sempre io ma in giorni diversi, in stati di coscienza differenti. A seconda di ciò che cerco nel mio esperimento, otterrò un determinato risultato. Come dire che c'è una sorta di comunicazione tra me e l'evento che sto sperimentando. Salta completamente il concetto di oggettività. Ecco quindi l'importanza, in un manifesto, non tanto di trarre delle conclusioni, bensì di porre delle chiavi di lettura differenti, che a mio avviso si possono sintetizzare così: l'idea di una rivisitazione del concetto spazio-temporale. Se salta il

concetto temporale, se non esiste il passato e non esiste il futuro, se sono solo una creazione della nostra mente razionale, forse l'unico tempo che esiste è il presente. Quindi vediamo l'importanza di rivisitare tutto alla luce dell'istante, noi esistiamo in questo istante. Noi possiamo essere presenti a noi stessi nell'istante, non possiamo tornare indietro, né andare avanti, eppure passiamo l'ottanta per cento del nostro tempo a ripensare a quello che abbiamo fatto nel passato o a preoccuparci di quello che faremo nel futuro. Questo è un paradosso e da qui origina la stragrande maggioranza dei nostri disagi.

Prendete due grandi patologie di quest'epoca: la depressione e l'ansia. Tre-quattrocento milioni di persone depresse al mondo, ma probabilmente sono stime per difetto; due-trecento milioni di persone colpite dall'ansia. Che significato ha tutto questo? Se prendete la parola depressione e la parola ansia e le associate a passato e futuro, vedrete come il soggetto depresso tende a rintanarsi, a ripiegarsi su se stesso, a pagare una sorta di pegno sul passato, mentre l'ansioso è tutto proiettato sul futuro, preoccupato di quello che succederà. Ebbene, queste due patologie sono tipiche di un atteggiamento mentale sbagliato. L'incapacità di stare nel presente crea e alimenta questi due grandi fenomeni tipici di un'epoca.

Un ultimo punto su cui mi soffermerei nell'idea di tratteggiare un manifesto: presumibilmente in ognuno di noi esiste un centro, quello verso cui tanti autori e tanti studi sono diretti, la ricerca di un centro dell'uomo. Le diverse culture hanno sempre puntato ad individuare questa sorta di centro. L'hanno chiamato in tanti modi, uno fra tutti il "Sé". Esiste il "Sé"? Dov'è collocato? Presumibilmente qualcosa del genere esiste, se pensiamo che il nostro corpo si rifà continuamente secondo un progetto che è calato dentro di noi. Istante per istante noi ci modifichiamo, cambiamo, ma riusciamo più o meno a rifarci sempre secondo uno stile. La cosa forse più interessante di tutte è che questo centro-sé, che ci anima, che ci vive e ci tiene assieme (milioni di cellule stanno insieme come una sorta di campo energetico coeso) funziona senza nessuno sforzo alcuno, senza fatica. Noi ci rifacciamo continuamente, digeriamo, metabolizziamo, respiriamo, il nostro cuore batte senza sforzo alcuno, quindi vuol dire che il nostro stile di vita, quando ci porta a far fatica, a soffrire, a star male, infila tragitti che non ci appartengono. Questi punti a mio avviso possono rientrare in un'ipotesi di manifesto, con la necessità di far rientrare tutto alla luce di una premessa epistemologica forte, andare a ripensare al nostro rapporto con il tempo e quindi con la nostra identità e con la nostra storia, identificare nel presente l'unico spazio in cui collocarsi e da cui partire per far delle riflessioni. Non dimentichiamo che il nostro corpo vive solo nel presente e questo è un insegnamento importante; in ultimo, l'idea di un centro che esiste dentro di noi e che ha caratteristiche diverse da quelle che nella vita quotidiana noi immaginiamo: la capacità incredibile di tenerci insieme senza sforzo.



Marco Bertali

STO CERCANDO DI PROPORRE IN QUESTO PERIODO, insieme agli amici e ai colleghi, una revisione culturale partendo dall'istituzione di un dipartimento di salute mentale e sottolineo emozionalmente questa mia proposta. Va presa coscienza del fatto che siamo pochi, nonostante lo sforzo organizzativo enorme di Pierluigi e tutti quelli di Milano. Di questo bisogna prendere atto. In questo momento si sta concludendo a Pisa, per converso, un master in Psichiatria Biologica che è la punta di diamante del movimento meccanicistico, riduzionistico psichiatrico in Italia: plotoni di psichiatri che nel nostro manifesto noi abbiamo ribattezzato "cerebriatri", perché di fatto è avvenuto un furto. Certi colleghi non si occupano di psiche e neanche di mente, si occupano di cervello, di neurotrasmettitori. Noi abbiamo ribattezzato questi tre neuromediatrici di cui si parla tanto (la serotonina, la noradrenalina e la dopamina): Sora Nina, Nora e Andreina e Doppia Manina! C'è una chiusura a doppia mandata dell'anima. Nel mondo istituzionale, che non è solamente il mondo del dipartimento di salute mentale ma il mondo della sanità, sono sguinzagliati plotoni di cerebriatri che non fanno altro che prescrivere cerebromedicamenti, non psicofarmaci. Allora, noi non facciamo

un'ipotesi di manifesto, noi il manifesto ce l'abbiamo e io lo debbo esibire perché è importante metterlo qui oggi in mezzo a noi.

Ora il manifesto c'è, ma non è un punto d'arrivo, bensì un punto di partenza. Prima del manifesto c'era un opuscolo di 60-70 facciate che si intitolava sempre manifesto (perché vuol dire "toccato con mano"): "Manifesto Per Una Psichiatria Senza Psicofarmaci" e già lì le cose erano molto chiare, ma è stato usato per criticare una certa proposta intra-istituzionale. Nel momento in cui abbiamo trovato una casa editrice sensibile a questa nostra proposta, la casa editrice "Sensibile Alle Foglie", abbiamo pensato di rendere ancora più chiara la nostra proposta ed è nato il "Manifesto di Psiche". Però ci deve essere un movimento che va verso questa nuova direzione, quindi il sottotitolo dice "per una psichiatria e una società senza psicofarmaci". Ci deve essere un atteggiamento collaborativo da parte di tutti, anche nelle Istituzioni, per evitare la ghettizzazione, l'esclusione con tutte le altre persone che si muovono già sulla stessa lunghezza d'onda. Deve quindi essere chiaro alle poche persone consapevoli, all'interno delle istituzioni e all'e-

sterno, nella società, che serve assolutamente un atteggiamento da guerrieri! Per noi è fondamentale questo approccio, bisogna capire che tutti insieme facciamo parte di questa tribù! Portare avanti il discorso del disagio psichico o psicosomatico, come occasione e opportunità di ascolto e di cambiamento. Questo discorso che per noi può essere dato per scontato e come una banalità, all'interno dell'istituzione non esiste! La persona deve essere 'stesa', comunque - ed io non parlo dei pazienti più gravi, bensì anche dei pazienti nevrotici, ansiosi, depressi. La prima cosa da fare, anche se affiancata da un discorso psicoterapeutico, è la prescrizione del farmaco e nel momento in cui si somministra un farmaco, si blocca un certo percorso di espressività, di evoluzione, possibilità d'intesa, a qualsiasi livello di gravità o sofferenza psichica. Per noi sono cose automatiche, ma non è così.

Allora anche attraverso una danza, come la nostra, si può ad esempio restituire invece una certa possibilità di rito e di condivisione collettiva, andando a contattare aspetti energetici e di coscienza nei diversi sintomi o modi. Questo vuol dire far parte di questa tribù.

Oltre i confini, oltre il cervello: un nuovo paradigma scientifico, una nuova visione del mondo

*Interventi di Laura Boggio Gilot, Arturo De Luca, Antonio Ferrara,
Filippo Falzoni, Massimo Rosselli*



Laura Boggio Gilot

INTRODUCO LA MIA PRESENTAZIONE CON TRE FRASI CELEBRI, che mi sembrano contributi indicativi della psicologia transpersonale e dei suoi scopi. Diceva Carl G. Jung: "Noi contiamo per l'essenza che incarniamo; se non la realizziamo, la nostra vita è sprecata"; diceva Abraham Maslow: "Se tu fai un piano per essere meno di quello che puoi essere, io ti assicuro sarai tremendamente infelice"; sempre Maslow: "Ognuno può dare e ricevere dalla vita solo ciò che è, quindi trovare l'essenza di noi stessi è la base del significato della felicità e della salute". È questo scopo il principale motivo per cui la psicologia transpersonale esiste ed è nata. L'essenza dell'essere umano, la realizzazione della sua totalità. Nel proporsi questo scopo certamente arduo e ambizioso, questa cosiddetta 'quarta forza della psicologia' allarga il paradigma scientifico in cui le correnti precedenti si erano formate. L'allargamento di paradigma consiste nell'accostare alle teorie e pratiche della nostra psicologia e psicoterapia, le teorie e pratiche dei grandi sistemi meditativi; quelli che vanno sotto il nome di 'filosofia perenne', le grandi tradizioni occidentali ed orientali che hanno condiviso alcuni principi fondamentali della visione spirituale del mondo e dell'uomo. Questo incontro, nell'area transpersonale, tra tradizione sapienziale e spirituale e tradizione scientifica, porta ad un salto quantico nella concezione dell'identità, dello sviluppo, della psicopatologia e della psicoterapia. Con poche parole vorrei delineare questi quattro aspetti fondamentali.

Il primo è l'identità: chi è ciascuno di noi. Ciò che emerge da un incontro tra scienza e sapienza è che l'idea di chi siamo noi, quell'io, la personalità con cui ci identifichiamo e attraverso cui ci autorappresentiamo, è una forma ridotta, distorta, disfunzionale, illusoria di coscienza e di identità. Come diceva Maslow, è una psicopatologia della normalità, è uno stato che in nessun modo può essere definito ottimale: ben oltre questo stato, ben oltre quell'io limitato, c'è la totalità del Sé. Ken Wilber, che è il leader teorico della psicologia transpersonale, delinea la totalità del Sé come l'insieme di quattro dimensioni interrelate: il corpo, la mente, l'anima e lo spirito. Il corpo lo conosciamo; la mente è la dimensione dei complessi, dei problemi e degli aspetti psicologici dell'essere umano; l'anima è l'anima noetica, l'anima sede degli archetipi eterni, è quella dimensione assolutamente trascurata nel-

la nostra psicologia in cui sono presenti quelle idee del vero, del bello e del buono di tipo platonico, o quegli archetipi eterni e principali che segnano il ponte tra l'individuale e l'universale. Nell'anima c'è anche quel Daimon di cui parlava Platone e che recentemente è stato ripreso da James Hillman, quel genio detentore del nostro destino; quindi l'anima non è solo una dimensione, ma è anche un centro ispiratore, coordinatore, di cui hanno già parlato in psicologia sia Jung che Assagioli ed è un centro che illumina e governa e da cui l'io dipende. Le tradizioni che hanno parlato di questo sono a vasto spettro, in particolare la tradizione Vedica, Yoga-Vedānta, che è intessuta di notizie sull'anima come centro, principio sovraordinato all'io e vivente diversamente dall'io, nell'eterno e nell'universale. Al di là dell'anima, che quindi è un principio formale, la vera dimensione transpersonale dell'essere, esiste la dimensione spirituale, che è quell'indifferenziato, quell'ineffabile a cui le grandi tradizioni hanno dato nomi diversi: l'Assoluto, Il Divino senza forme, cioè quell'essere ultimo da cui tutto deriva, da cui tutto origina e in cui tutto è trapiantato. L'esperienza spirituale ultima è codificata in tutte le tradizioni nei concetti di Nirvāna, Samādhi, eccetera. L'esperienza dell'anima è invece l'esperienza delle nostre potenzialità superiori, delle potenzialità spirituali, delle capacità di amare, creare e capire, che vanno oltre i limiti dell'Ego ordinario.

Sempre Ken Wilber vede la realizzazione di questa totalità, di questa grandezza del Sé, come il risultato di un viaggio che si realizza a stadi: da uno stadio pre-egoico, pre-logico ad uno egoico, logico, personale, ad uno stadio transegoico, translogico, transpersonale. In questo itinerario, tutte le linee evolutive vanno sviluppando le loro potenzialità: la linea evolutiva dell'intelligenza, per esempio, passa da quell'intelligenza legata alle strutture concrete e quindi non ancora autoriflessive, all'intelligenza autoriflessiva analitica di cui parla Piaget, all'intelligenza sintetica capace di visione panoramica e di visione dell'interrelazione e finalmente all'intelligenza cosiddetta intuitiva e supercosciente, che non è altro che l'apertura dell'occhio dell'anima, che ha accesso alle dimensioni archetipiche, trascendenti della realtà. La linea evolutiva del sentimento passa da un sentimento di tipo narcisistico e appropriativo, ad un sentimento di tipo comunicativo aperto al tu, ad un sentimento universale e incondizionato che vede l'anima umana perfettamente interrelata e interessata al benessere dell'umanità. Insomma, c'è un'evoluzione da uno stadio egocentrico ad uno sociocentrico ad uno cosmocentrico. Naturalmente il comportamento, seguendo que-

sto itinerario, passa da un comportamento opportunistico, competitivo, avido, possessivo ad un comportamento partecipativo, collaborativo, ad uno di donazione e servizio alla vita. Per quanto riguarda lo sviluppo, lo spettro vede possibilità di realizzare quello che i grandi sapienti hanno dichiarato essere lo Stato di Liberazione, cioè la liberazione dai vincoli della paura, della dipendenza, dell'ostilità. Francis Vaughan, un'altra esponente del movimento transpersonale, dice che il cammino va dalla paura all'amore, dall'ignoranza alla conoscenza, dalla dipendenza alla libertà.

Cos'è allora in questo vasto spettro l'idea della sofferenza mentale? Della psicopatologia? La prospettiva transpersonale riconosce, in maniere grossolana, tre diverse forme o categorie di sofferenza mentale. La prima è quella psicodinamica, conosciuta da tutti noi psicoterapeuti e studiata nelle teorie psicoanalitiche: è la sofferenza delle sindromi nevrotiche, borderline, psicotiche, che si manifesta nei sintomi clinici e che porta il paziente dalla psicoterapeuta o dallo psichiatra. L'altro tipo di sofferenza è quella di tipo esistenziale, cioè legata alla lotta dell'uomo per i problemi dell'esistenza, ma soprattutto legata a quel condizionamento del pensiero e del comportamento che impedisce il cammino autorealizzativo. E' quella che Maslow definisce 'psicopato-

«Cultivare l'amore significa dare spazio a delle potenzialità dell'anima precluse dalla vita dell'Ego, che è una vita di egoismo. L'egoismo è il più grande nemico dell'amore»

logia della normalità', in cui trionfa l'attaccamento conformistico sul bisogno di crescita e di espansione e quindi il cammino dell'esistenza viene fermato da bisogni di sicurezza, di attaccamento e di conformismo. Ne ha parlato anche Jung nel suo concetto di sofferenza legata all'imprigionamento alla normalità. Quindi sofferenza psicodinamica ed esistenziale. La terza categoria, assolutamente nuova nella nostra prospettiva occidentale, è la sofferenza spirituale, descritta ampiamente nei testi sapienziali, in particolare in quelli dello Yoga-Vedānta e in particolare di Patañjali, nei suoi Yoga Sutra. È la sofferenza legata alla separazione dell'Io dal Sé, alla separazione della personalità dall'anima, all'imprigionamento che Platone definirebbe l'imprigionamento del prigioniero nelle caverne'. Imprigionamento nei limiti di un Ego che si riconosce solo legato alla sua storia biografica e quindi separato dalla grandezza delle potenzialità spirituali e dalle capacità di quell'intelligenza che vede l'interconnessione universale, di quell'amore che può amare tutti senza paura, di quella sapienza che non conosce solo il visto, ma anche l'origine e i principi trascendenti del visto. Ecco, questa sofferenza spirituale è il contesto, forse, di tutte le altre, la radice. Se rimaniamo in questa sofferenza spirituale, in questo stato di separazione che non fa vivere l'anima, ma solo porzioni del corpo e della mente, siamo condannati a un'oscurità che, prima o poi, alle prese con le lotte dell'esistenza, con le inevitabili delusioni dell'esistenza, non potrà che renderci malati, senz'altro molto deboli.

Allora, come può una psicoterapia assumere un approccio transpersonale? La psicoterapia transpersonale prevede un modello integrale e integrato, che combina il lavoro psicologico con il lavoro spirituale. Non parleremo del lavoro psicologico, che per altro noi tutti conosciamo, diciamo invece qualche cosa del lavoro spirituale. In testa al lavoro spirituale c'è l'apprendimento di un'arte sofisticata, complessa e assolutamente sapienziale, che è l'arte dell'autosservazione.

Quest'ultima non è semplicemente osservarsi, ma è conoscere i filtri percettivi attraverso cui noi ci osserviamo. È un metodo sofisticato di riconoscimento non solo degli oggetti interni così come noi li possiamo vedere ad una prima osservazione (i pensieri e le emozioni) ma anche il riconoscimento di quel soggetto che osserva i suoi oggetti, ovvero di quei filtri intessuti di meccanismi difensivi e di identificazioni che noi usiamo per vedere, ma anche per distorcere il senso della realtà. Quindi questo training meditativo è la gemma dell'approccio transpersonale alla psicoterapia.

C'è poi il lavoro importante sul pensiero: noi in occidente ignoriamo il

potere del pensiero, si diventa ciò che si pensa, dicono le Upanishad e ancora Buddha diceva "tutto origina con i nostri pensieri". Noi siamo pensati da un pensiero preconcio e inconscio di cui non conosciamo la turpitudine e la capacità di patologizzare. Pensiamo con un pensiero negativo di cui non conosciamo la valenza, che produce attimo dopo attimo sofferenza. Se ogni pensiero produce uno stato emotivo, i nostri pensieri di intolleranza, di ostilità, di paura, di competizione, sono pensieri che creano uno stato di inquinamento della mente e di profonda sofferenza e illusione. Quindi è importante il lavoro di purificazione del pensiero.

Infine, è importante coltivare due grandi qualità della conoscenza e della salute: l'amore e la saggezza. Coltivare l'amore significa dare spazio a delle potenzialità dell'anima precluse dalla vita dell'Ego, che è una vita di egoismo. L'egoismo è il più grande nemico dell'amore, dell'intelligenza spirituale, delle forze reali dell'anima. Coltivare l'amore comincia con il coltivare il servizio, la donazione di Sé e amare non significa né cercare di avere, né avere grandi emozioni onninclusive, bensì vuol dire donarsi, servire la vita. La saggezza è strettamente legata a questo tipo di amore e ce la insegnano i grandi testi sapienziali. L'approccio transpersonale considera lo studio dei testi sacri un punto fondamentale. Le persone che escono da un approccio transpersonale dovrebbero avere in sé non solo l'acquisizione di un'egocentrica salute, ma il senso profondo di quello che è il dharma, che vuol dire 'dovere universale dell'anima', appartenenza a un mondo dell'infinito e non del finito; dovrebbero possedere quel respiro cosmico che le rende non traditori della vita divina, ma interpreti della potenza e della bellezza della vita divina. Dice Roger N. Walsh, un altro esponente del movimento, "oggi occorrono persone dotate di saggezza e amore, capaci non solo di lenire la sofferenza, come noi psicoterapeuti ordinari facciamo, ma capaci di risvegliare se stessi e gli altri".

Vorrei concludere dicendovi che questa meta non è solo per gli eroi, i solitari, i sapienti, i monaci. È per tutti noi, comincia nel qui e ora, da cose molto semplici: dalla ricerca del proprio centro, di cui si è detto prima, e soprattutto dal cominciare a pensarci non in termini di Io, bensì di anima, come abitatori dell'infinito e non prigionieri del finito. Questo training è veramente utile e necessario per tutti e la nostra sfida è sentirci uniti in questa possibilità.



Arturo De Luca

IO INIZIEREI CON UNA MASSIMA TAOISTA: "La via di un cuore puro non ha bisogno di parole". È uno degli aspetti forse più interessanti e suggestivi della psicologia transpersonale, che ci fa ritrovare qui in questa tribù rinata. Perché l'origine, la parabola del corso vitale è una: perennemente ci si rinnova, quindi l'aspetto forse più interessante di questo ritrovarsi è cercare di non restare prigionieri, come per tanto tempo, per troppo tempo, ha fatto la psicologia occidentale. Inoltre penso che la psicologia occidentale sia una scienza bambina: nel 1875 fu inaugurato il primo laboratorio a Lipsia. Che tipo di laboratorio? Solamente un laboratorio per la misurazione di fattori fisiologici, di concomitanti organiche, un'analisi secondo quei principi della scienza galileiana che oggi, con grande entusiasmo, io vedo che siamo qui a contestare. Vedete, è una brutta parola 'contestare', perché oggi in nome di un raptus privo di riflessione si fa di tutto, anche mandare all'aria ricerche e scoperte che hanno comunque il loro senso. Vorrei appunto per questo ritornare un po' al concetto di paradigma, perché è ciò da cui questi pensieri intendono partire. Paradigma è una parola che fu introdotta dal filosofo della scienza Thomas S. Kuhn e si riferisce a una costruzione convenzionale di un modello della realtà che, come tale, ha quindi una sua legittimità. Nel momento in cui io, anche nel caso di una conoscenza empirica, instauro una relazione significativa con un'altra persona e poi con un'altra ancora, noi consensualmente condividiamo una medesima percezione, cosa di per sé legittima. L'errore di noi occidentali, però, è quello di trasformare questo modello di riferimento nella vera realtà. Ed ecco come il "sonno della ragione partorisce mostri": c'è questo legarsi in maniera dogmatica ad una convenzione e, in nome di questa convenzione, per secoli la psicologia occidentale si è dis-

interessata dello spirituale. Anche questa parola è molto discussa e discutibile. Se non altro, noi parliamo di transpersonale per cominciare a speculare sull'aspetto di una realtà che non è quella limitata dal paradigma e da certe regole convenzionali che noi abbiamo stabilito. Il paradigma più limitante per noi occidentali (e negli ambienti universitari se ne vedono le tragiche conseguenze) è proprio quello newtoniano cartesiano, quello della scienza che, come nel vecchio laboratorio, presume di misurare, quantificare, fino a ridurre, a scomporre l'atomo della sensazione, della percezione, anche del sentimento di questa natura immensa, complessa, intraducibile che siamo noi esseri umani. Vedete, noi psicologi transpersonali siamo una razza un po' particolare, perché viviamo in un luogo di transizione tra il terapeuta ordinario (formato in partenza nell'area clinica e secondo una certa scuola) e il terapeuta che deve fare questo volo, questo salto quantico che a volte ci trasforma in una sorta di saltinbanchi di noi stessi, di nomadi, di viandanti. In questo momento penso a un grande protagonista del movimento transpersonale, che non è uno psicologo, ma uno scrittore: Hermann Hesse.

Nel mio libro 'La New Age' (n.d.r.: Milano, Xenia, 1994) ho delineato questo momento delicato e difficile di transizione dalla psicologia accademica al transpersonale e l'ho colto nel conflitto tra Freud e Jung. Freud, il grande protagonista, rappresentante e pioniere dell'inconscio, ma anche il grande protagonista e rappresentante della psicologia legata ancora al principio di causalità, allo scandaglio analitico dell'inconscio, alla drammatizzazione dei complessi, alla libido, al complesso sessuale. E Jung che inaugura invece questa nuova stagione della psicologia e affianca all'inconscio individuale un inconscio collettivo e quindi ci accompagna alle soglie di questo altro universo. Un universo fatto di comunicazioni sottili, di sogni, di rivelazioni, di sincronicità, non tutto spiegabile con le parole, secondo certe nomenclature e certe categorie. Freud esprime in questo contrasto il dilemma della transizione da un'epoca all'altra. C'è un passo molto bello in questo senso dal libro 'Ricordi, sogni, riflessioni' (n.d.r.: Milano, Rizzoli, 1978) in cui il confronto tra queste due grandi anime emerge in una richiesta esplicita che Freud formula a Jung: "Promettetemi, caro amico, di non tradire mai il principio della libido. Promettetemi di farne un dogma". "Un dogma contro che?", gli risponde Jung. "Contro la nera marea di fango dell'occultismo". Parola che poi suona molto strana per una personalità così aliena anche solo dal toccare certe dimensioni oscure dell'animo umano. Da quel momento, scrive Jung, non ci fu più bisogno di pensare ad una fiducia, ormai lui l'aveva tradito; ma la cosa più drammatica che scopri in Freud fu il conflitto con la sua ombra, una rimozione autentica nell'inconscio di ciò che oltrepassa i limiti della coscienza, di tutto quanto egli aveva messo in un angolo. In questo contrasto tra due grandissime anime si può ben cogliere il salto quantico da un'epoca ad un'altra, da un paradigma ad un altro. Il fisico Fritjof Capra ci ha insegnato molte cose in questo senso.

«Da dove nasce questo spirito? Nell'ispirazione, nell'arte, nella poesia, nella pittura! Stati modificati di coscienza: la possibilità di passare una frontiera»

Nel mio libro ho tentato di delineare i quattro filoni che negli anni sessanta hanno creato le basi della psicologia transpersonale.

La prima dinamica io l'ho denominata filosofico-letteraria, ma è anche visionaria, artistica, perché nel movimento New Age non dobbiamo vedere solamente qualunquismo, facile cessione alla visione degli angioletti che volano. Questo è tutto ciarpame, è solo l'aspetto deterioro che purtroppo ci sta invadendo e da cui dobbiamo difenderci, ma c'è anche un aspetto genuino nella New Age, il bisogno di varcare una frontiera, di uscire dalla frontiera dell'io, ciò che poi i grandi rappresentanti del movimento transpersonale psicologico, da Ken Wilber a Roger N. Walsh eccetera, hanno consolidato. Da dove nasce questo spirito? Nell'ispirazione, nell'arte, nella poesia, nella pittura! Stati modificati di coscienza: la possibilità di passare una frontiera. Qui incontriamo il secondo aspetto, lo sciamanesimo, l'aspetto magico del New Age. Ma questo

ritualizzare anche nella nostra psicologia, secondo tradizioni antiche, nasce sempre dall'ispirazione e si trapianta in seguito nella scienza.

Abbiamo poi il secondo versante importantissimo, che è quello psichedelico: nasce ad Harvard, in un'università in cui tre grandi psichiatri, Timothy Leary, Ralph Metzner, Richard Alpert, rischiano realmente la vita. Leary ha trascorso qualche anno in carcere per aver osato dimostrare che esistono limiti che bisogna infrangere per capire, per conoscere e soprattutto per curare e buttare via da noi narcotici, stupefacenti, sostanze autorizzate solo dalle ditte farmaceutiche, tutto sommato sono solamente delle droghe che fanno male, mentre altri tipi di rituali sono dei detonatori positivi. Questa seconda angolazione psichedelica è quella più vicina a noi e alla scienza New Age, la neurofisiologia New Age, per la quale c'è un cervello destro e uno sinistro e non c'è solo antagonismo tra loro, bensì tendono a realizzare una meravigliosa unità. Il nostro cervello rettiliano, dopo cinquecento milioni di anni, è venuto ad essere solo una struttura, sulla quale se ne creano delle altre e, un po' come Erich Fromm ha dimostrato, noi siamo i soli nella creazione capaci di odiare e, per questo, di uccidere. Quest'ultimo versante è, a mio avviso, quello più aperto a tanti studi interessanti. Io ho iniziato ad occuparmi anche di musicoterapia e ho dovuto approfondire i miei studi sul cervello e ho scoperto, per esempio, che il suono non è solo quello udibile, tant'è che il lavoro con la musica transpersonale è proprio un lavoro con gli archetipi musicali. La neurofisiologia, quindi, è il versante più aperto: sapere che non siamo solo esseri pensanti e la nostra vita non è solo il cervello, ma tutto ciò che noi elaboriamo è intrinsecamente collegato nella visione olistica della mente. Stan Grof ci dice che in ogni atomo della nostra consapevolezza c'è l'intero, proprio come la fisica quantistica ha confermato; ma non esiste solo armonia: tutto è impermanente, ci avviciniamo allo zero assoluto, il vacuum state, come viene chiamato in fisica, che poi è la luce incontaminata della consapevolezza dei buhddisti.



Antonio Ferrara

IL TEMA DI QUESTO INCONTRO È SUI CONFINI DELLA MENTE e, pensando all'intervento da proporre oggi, ho riflettuto su cos'è stato per me e che cos'è ancora per me andare oltre la mente razionale o i confini della mente. Ho ricordato i miei primi impatti come formazione, nella psicologia della Gestalt e lì non ci sono grandi visioni, eppure ebbi un grande e drammatico atterraggio. Eppure la psicologia della Gestalt è una di quelle che parla molto di spiritualità. Io fui molto coinvolto e colpito da questo modello. Mi colpì innanzitutto che la spiritualità era al centro della formazione del terapeuta, della sua crescita personale. Addirittura, il terapeuta diventa uno strumento di lavoro che, attraverso la sua crescita personale, diventa in grado di entrare nella relazione con l'altro. Mi colpì che si parlava di salute mentale, piuttosto che di patologia e mi colpì che c'era un discorso molto forte sulla presenza, sul qui e ora, sulla consapevolezza. Anzi, il fondatore di questo approccio (F. Perls) parlò di consapevolezza in termini molto vicini alle tradizioni orientali e lui stesso inventò una tecnica che divenne poi l'emblema della filosofia gestaltica: il 'continuo di consapevolezza'. Che cos'è? Attraverso un'attenzione costante, momento per momento, alle esperienze che vengono alla coscienza, quindi cognitive, emozionali, sensoriali, permettere che la mente fluisca liberamente, senza bloccare nessuna delle esperienze, ma lasciare che ognuna si scioglia. Questo ricorda molto da vicino le tradizioni orientali, per esempio la meditazione di Vipassana (Meditazione di comprensione), dove alla concentrazione focalizzata viene affiancata l'osservazione dell'esperienza mentale. Questa osservazione fatta in una maniera ingenua, nel senso di "cos'è questo o quello che compare nella mia mente", permette che il fenomeno si scioglia e si liberi. In questa meditazione lo scopo è quello di raggiungere uno stato puro della mente, nel 'continuo' di Perls la tendenza era quella di "far scorrere il fiume", come diceva ispirandosi al taoismo, e questo vuol dire lasciarsi andare. Questo sarebbe di per sé curativo, ma la presenza di resistenze, limiti, paure, blocchi ci porta ad un'interruzione del flusso di consapevolezza e il terapeuta deve intervenire per approfondire e vedere di più. Io sono convinto che non possiamo rag-

giungere stati elevati se non passando attraverso questa piccola mente egoica, che ci portiamo sempre dietro e che governa la nostra vita. È l'unico tramite che abbiamo per raggiungere vette più elevate.

Come ricercatore spirituale e come terapeuta, posso dire questo di me: mi interessa andare a vedere com'è organizzata la struttura, l'egoicità delle persone, com'è organizzata questa mente limitata, perché è lei che mi dà la possibilità di attingere alla mente superiore, la quale non è altro che la manifestazione di una mente pura. Ecco perché quando incontrai l'analisi transazionale, la teoria del copione e l'enneagramma, fui molto più stimolato ad entrare nelle strutture. Perls soleva dire che nessuna Gestalt può essere sciolta se non si capisce la regola della struttura e le regole delle strutture egoiche sono regole umane, molto piccole. L'enneagramma mi dava questa grande possibilità: entrare nella struttura del carattere, capirlo, ma non fermarmi solo alla struttura egoica, perché è previsto un percorso. Oggi si parla molto di questa tecnica, ma non si dice nulla del percorso spirituale che essa rappresenta. Si parla di due polarità, Ego ed Essenza, ma nonostante ciò è chiaro che le due polarità sono una dentro l'altra, non c'è un più o un meno, un prima e un dopo. Anche quando il praticante raggiunge un livello contemplativo, ha sempre bisogno di fare i conti con la quotidianità e questa è governata dalla piccola mente. Vado per salti logici, per dare qualche idea di cosa intendo per mente naturale e pura. Mi ispiro in questo alla tradizione tibetana dell'insegnamento Dzog-Chen, del quale sono praticante. È molto antico, qualcuno dice che è un insegnamento senza tempo ed è già presente in noi, per cui è solo una questione di autosservazione. È ricco di tradizione e sciamanesimo e la sua diffusione sulla terra (presupponendo fosse già in uso in altre galassie) avviene grazie al guru Padmasambhava, il quale lo portò in Tibet e lì si radicò, anche perché lì c'erano delle tradizioni molto fruttifere nella tradizione sciamanica Bon. Questo guru aveva la capacità di assumere molte forme ed era la rappresentazione reale di quello che è uno stato di mente illuminata. Non ci sono molti modi per dirlo, perché il nostro linguaggio ce lo impedisce. In questa tradizione è molto importante il rapporto con il maestro. L'eredità la porta un maestro, qualcuno che ha raggiunto una forma di illuminazione e che può trasmetterla a qualcuno che la riceve. Chiaramente l'insegnamento Dzog-Chen non è sempre uguale, ma si adatta ai tempi. Come si può spiegare questa grande mente? L'idea è la similitudine dello spazio, il quale non ha limiti, non ha confini. Inoltre, nella tradizione Dzog-Chen il simbolo dell'insegnamento è uno specchio, che rappresenta la capacità di riflettere qualsiasi cosa passi nella sua area e, qualsiasi cosa avvenga nello specchio, non turba lo specchio stesso, il quale mantiene la sua natura e la sua imperturbabilità. I riflessi dello specchio possono essere infiniti e ognuno ha una sua qualità, ma niente di questo può cambiare la sua condizione. Questa è una metafora per dire che cos'è questa mente pura rispetto alla mente limitata, che invece è organizzata per schemi di giudizio concettuali. Come lo Dzog-Chen entra nella pratica meditativa? A differenza che nello zen, per esempio, dove l'attenzione è rivolta al vuoto, quello che domina nello Dzog-Chen è l'autoliberazione. È una presenza che mi permette di essere così pienamente calato nell'esperienza che vivo, che questa si autolibera. Allora non c'è pensiero o emozione che sia negativo, niente mi governa, se non la mia stessa presenza liberatoria.



Filippo Falzoni

OGGI UNO DEI TEMI FONDAMENTALI è, dopo secoli di guerra, un incontro tra scienza e spiritualità. Dai tempi di Galileo e di una Chiesa che non volle guardare all'interno del telescopio, nacquero grossi conflitti e ora nella religiosità e nella scienza troviamo cose molto importanti, fondamentali, da recuperare; così come i limiti e i difetti creati da questa enorme collisione e che forse, in questo tempo di cambiamento, potranno integrarsi. L'aspetto positivo della spiritualità era certamente l'aver coltivato lo studio dell'essenza dello spirito, l'aver permesso dei percorsi attraverso i quali gli individui potevano arrivare all'esperienza dell'assoluto. La 'filosofia perenne' racchiude il meglio di ogni religione: i mistici di ogni luogo del mondo e del tempo hanno un'esperien-

za comune, che riguarda proprio la natura dell'essere e del sé. Non è credere in una mitologia, non è fondamentale se Mosè separò veramente il Mar Rosso, se la Madonna fosse davvero vergine o è piuttosto un simbolo per dire che la Madre Divina crea l'universo pur rimanendo pura. L'importante è l'esperienza di quel livello in cui ci accorgiamo di essere osservatori oltre il corpo e oltre la mente. San Bonaventura diceva che l'uomo ha tre modi di vedere: l'occhio della carne con cui vediamo le cose materiali; l'occhio della mente con cui vediamo i concetti e le idee; gli occhi della contemplazione con cui conosciamo il sé, entriamo in contatto con noi stessi. Oggi stiamo parlando di questo salto della psicologia che, alla ricerca di una veridicità scientifica, di una riproducibilità del fenomeno, ha però perso di vista l'essenza del proprio oggetto d'indagine. La scienza cosa ha portato di buono? Il fatto di sottoporre all'esame molti dogmi e superstizioni che non hanno retto al pensiero razionale e allo stesso tempo ha portato alla fine della schiavitù, l'uguaglianza uomo/donna sono prodotti dell'illuminismo, lo sviluppo scientifico ci ha permesso di avanzare in campo medico e in tutti i campi in maniera straordinaria e nello stesso tempo però la scienza, usando gli occhi della carne e quelli della mente ma mai quelli della contemplazione, ha eliminato dal suo oggetto di studio tutto quello che non era misurabile e visibile. Lo spirito, che è stato alla base della vita degli uomini per millenni, è completamente scomparso dalla sfera dello scienziato. Oggi questi grandi autori riescono invece ad inserire il meglio del vissuto scientifico per andare oltre la spiritualità come oltre le dimensioni razionali. Quello che mi sembra molto im-

«La 'filosofia perenne' racchiude il meglio di ogni religione: i mistici di ogni luogo del mondo e del tempo hanno un'esperienza comune, che riguarda proprio la natura dell'essere e del sé»

portante di questi anni è che, non solo queste teorie vengono riscoperte e ritrovate, che scienza e spiritualità si incontrano, ma che si stanno sempre più diffondendo delle tecniche che permettono di entrare in contatto con lo spirito. Tecniche che, basandosi sul respiro e una specie di iperventilazione, permettono di entrare in contatto con l'energia vitale. Già l'atteggiamento di liberare il respiro e osservarlo, libera a sua volta un'attivazione energetica che ci pone nell'autosservazione. Questa attivazione ci permette di passare attraverso sensazioni fisiche, che possono essere i blocchi che abbiamo accumulato su quel piano, blocchi emotivi, pianti che magari abbiamo trattenuto fermando il respiro (la bioenergetica nota il verificarsi di un irrigidimento della corazza somatica di fronte ad ogni dispiacere). Possiamo arrivare a dei momenti di chiarezza mentale in cui vediamo con chiarezza i meccanismi e i paradossi intellettuali che finiscono per portarci nei circoli viziosi, sconfinando invece finalmente in stati di percezione profonda dell'essere.



Massimo Rosselli

DALLA MIA FORMAZIONE PSICOSINTETICA sono portato nel movimento transpersonale a dare importanza al principio della sintesi. La sintesi è una qualità transpersonale. Molto importante a mio avviso è il rapporto del transpersonale con il personale, cioè col mondo. Non a caso questo convegno ha come fine di portare il transpersonale in contatto con il momento attuale, nella città. I rischi del transpersonale sono immensi, tanto quanto le sue potenzialità, cioè sono i rischi di un'estrema verticalizzazione del fenomeno transpersonale e delle esperienze ad esso collegate. In realtà abbiamo bisogno di distinguere le varie accezioni del termine, perché si va da esperienze transitorie, anche se importantissime, a veri e propri momenti critici dell'identità. Un'altra cosa è il lavoro processuale transpersonale sull'identità, cioè vedere il transpersonale come sviluppo, come cammino non solo terapeutico, un cammino coscienziale che però ha in sé dei momenti importanti di sintesi. Dove? Con la vita, con se stessi, con le possibilità, con il limite, con la dimensione separativa nel momento in cui noi ci apriamo al-

l'infinito. In questo senso ho amato molto Roberto Assagioli, che trovo più coraggioso dello stesso Jung per alcuni aspetti, perché ha considerato così tanto il piano spirituale da essere troppo rivoluzionario per il suo tempo. Stava molto attento a usare il termine spirituale e parlava più volentieri di transpersonale. Adesso invece c'è un recupero di quel termine, giustamente, perché forse siamo più maturi. Ma è comunque giusto mantenere comunicabilità scientifica su certi aspetti, portare una sintesi, un'integrazione possibile di questi livelli che altrimenti appartengono troppo a storie che riguardano l'elemento religioso, chiesastico, in fondo di parte sebbene in un'accezione così vasta. Nel parlare di transpersonale io vorrei sottolineare l'aspetto di 'trans', non solo come 'al di là', ma anche nel senso di 'inter', 'fra': quell'elemento dell'esperienza e dell'identità transpersonale del sé, ai vari livelli, che è verticale e orizzontale, che apre 'fra', in comunione con gli altri, a quella dimensione dell'amore e della saggezza che non è solo interiorità. Questo non va dato per scontato. Però c'è il rischio, in tutti i gruppi che si riconoscono in realtà molto profonde, di privilegiare il momento interiore rispetto al momento sociale. C'è un tempo per tutto, ma l'aspetto del 'trans' come interconnessione è uno degli aspetti rivoluzionari del transpersonale che ha grosse conseguenze sociali. L'altro aspetto 'trans' lo vedo nell'azione, cioè 'trans' come trasformazione profonda, cambiamento, come un'azione incisiva che cambia non solo una vita, lo stato di coscienza, ma trasforma profondamente la nostra personalità. Ecco l'aspetto che io trovo interessante dal punto di vista della sintesi: il transpersonale come sintesi di tutto un cammino personale. Come matura la nostra personalità insieme allo sviluppo transpersonale? Come terapeuti noi troviamo sempre più delle situazioni di sofferenza in cui elementi esistenziali e regressivi si mescolano; anzi, a volte più è destrutturata la personalità più si aprono canali transpersonali in cui le energie possono emergere e determinano delle patologie che, anche se si potrebbero chiamare transpersonali, diventano patologie di tutta la persona. Sia Grof che Assagioli parlano di queste crisi del risveglio spirituale e seguenti allo stesso, patologie in cui spesso la personalità non regge, oppure si mescolano elementi ancora immaturi della personalità. La psichiatria deve aprirsi ad elementi di connessione e di sintesi tra vari livelli, deve cercare di vedere l'integrazione dei fenomeni all'interno di una malattia e di una sofferenza; l'integrazione tra più livelli o la disintegrazione, per cui la malattia è come un iceberg da cui si separano dei pezzi, ma che ci parla anco-

ra della totalità. Ci sono certi punti che sono rivoluzionari come paradigma della visione transpersonale del mondo: l'eredità di tutto il cammino dell'uomo, che è transpersonale da millenni, è una memoria per ognuno di noi. Abbiamo bisogno di ricordare come mettere insieme nell'epoca attuale le forme di quello che è senza forma, quindi gli stati di coscienza e gli elementi che sono di per sé dirompenti di ogni forma, ma che ci riportano alla necessità di essere calati in una forma. È importante non dimenticare la razionalità, la tecnologia, i progressi tecnologici e nemmeno lo psicofarmaco, perché gli ultimi antipsicotici danno almeno un po' di distacco dall'enorme affluenza del delirio. Non sempre è possibile curare con strumenti extrafarmacologici, ci sono momenti, nella società in cui viviamo, in cui la persona ha bisogno anche del piccolo farmaco. Io questo l'ho ereditato da Assagioli, che diceva che il farmaco va dato il meno possibile, ma che ogni tanto un piccolo aiuto, almeno temporaneo, può essere necessario per arrivare ad un tipo di passaggio, ad un altro tipo di energia. Ma quando esattamente usare il farmaco, quando la meditazione, quando altri tipi di pratiche? Ecco, questo 'quando' è importante, il che ci impegna giustamente con un manifesto, che va approntato con forme precise e puntuali.

Vorrei definire dei punti importanti del transpersonale, molto velocemente: al transpersonale innanzi tutto non si arriva all'improvviso, ma si ha bisogno di un training apposito; dobbiamo ricordare come arrivare ad alcune esperienze, insieme a tutto l'aspetto conoscitivo e al tema dell'unità e dell'universalità dei fenomeni transpersonali. Abbiamo nel transpersonale gli elementi per fare terapia, ma anche educazione transculturale.

Concludo ricordando quattro punti che nella sofferenza e nella malattia mi sembrano importanti per tutti noi per affrontare nel migliore dei modi non solo la grande malattia, ma anche i semplici disagi, cioè vederli come rottura delle connessioni individuali con l'universo e la comunità. Non solo quindi la rottura delle connessioni tra corpo, mente e spirito, ma anche vedere il processo della salute e della malattia fuori dal tempo e dallo spazio. E vorrei finire con alcune qualità importanti da esplorare: la gioia, cos'è e com'è quando è bloccata e come poterla fare risorgere; l'altra è legata all'amore, io direi che il transpersonale ha bisogno di manifestare la sua passione, non come qualcosa che ci incatena, ma come qualcosa che unisce l'amore alla volontà e quindi alla potenza della nostra energia vitale.

Culture tradizionali e postmodernismo

Interventi di Rosalba Terranova Cecchini, Pedro F. Miguel, Marlene Silveira, Alfredo Ancora



Rosalba Terranova Cecchini

CHE COS'È LA CULTURA TRADIZIONALE? Ciò che noi andiamo scoprendo nell'uomo fa parte della presenza nel mondo di qualsiasi individuo, quindi anche di noi. Il termine etnico è usato dall'occidente in modo molto separante: etnici sono gli altri e noi siamo gli occidentali. Va visto invece come etnicità di ognuno di noi. Se dobbiamo usarlo, questo termine, che lo usino anche gli occidentali - e per esempio potremmo individuare alcune malattie tipiche dell'etnia occidentale, per esempio la schizofrenia.

Le tribù di oggi, nella postmodernità, ci possono aiutare molto ad entrare in quella globalizzazione che è un equilibrio tutto interiore tra la globalizzazione e la localizzazione. Le culture tradizionali sono monoculturali, fanno parte del nostro io interiore e hanno questo universo proprio, nato nei millenni, sperimentato, trovato utile per l'espansione del pensiero dell'uomo, dell'esserci nel mondo. Quindi la sapienza delle varie culture e delle varie tribù è una sapienza che oggi possiamo meglio condividere, grazie alla mobilità che la tecnologia moderna ci of-

fre. Certamente localismo: gli abitanti delle zone dove c'è una tribù, questo complesso di esperienze che forma l'identità di chi vi abita, questo aspetto della nostra identità, chi siamo noi, è la sfida di oggi, ma possiamo imparare che tutte le altre culture del mondo hanno sempre tenuto in sé la loro identità. Per la propria identità si è sopportato di tutto, ma le tribù hanno sempre mantenuto la loro identità e questo ha dato loro la capacità, anche dopo atroci sofferenze, di rendersi liberi. La vittoria dei vietnamiti contro il colosso americano, le vittorie degli algerini contro i francesi, e così via, si spiegano con la forza della coscienza identitaria e coi saperi delle culture tradizionali, che non sono mai state cancellate dai corpi e dalle menti degli abitanti della zona dove si è sviluppata quella cultura. Non c'è nulla di più forte del sapere chi tu sia e oggi noi soffriamo molto nelle nostre metropoli proprio per questo. Forse è bene conoscere meglio una sistematizzazione scientifica di questa ovvietà. Ora, la scienza transculturale offre la possibilità di poter parlare al mondo scientifico occidentale, con i suoi codici e con le sue terminologie e quindi aiutare ad essere più sul registro delle propensioni culturali invece di cancellarle e soffocarle, renderle marginali attraverso un po' di folclore o un po' di arte. Ecco perché ci concen-



Pedro F. Miguel

triamo sulla parola 'etnos'. Questo è formato prima di tutto dal 'topos', dalla madre patria, dalla terra nella quale sono nato: c'è un filone della filosofia, la geofilosofia, che studia la simbologia dell'ambiente che mappa il nostro cervello, come dice la neuroscienza. Noi tutti siamo migranti, il mondo della submodernità ci avvia ad esserlo se non altro sulle reti telematiche di internet, quindi ci può capitare spesso di dire "qui sono a casa mia, questo è il mio topos, è dentro le mie mappe cerebrali, viene sollecitato quando ci ritorno".

La lingua e la parola nominano le cose e danno loro un significato e questa nominazione rappresenta un'altra forma di sicurezza dell'io, dell'identità. Con il 'logos', il linguaggio, tu sai muoverti nel tuo territorio; mai un logos appreso sarà così vicino alla tua esperienza interiore quanto il logos della tua cultura di origine. La cultura si regge anche su un 'epos', su una celebrazione delle vicende di quel particolare gruppo etnico: tutti abbiamo l'estetizzazione retorica della storia del nostro popolo. Questo è un riferimento importante, è un deposito transgenerazionale di servizio, cioè un deposito di cultura materiale nel territorio, che permette a ciascuno di rimanere collegato con la storia della sua cultura. Il sangue del mio sangue, il 'genos', che fa parte della mia identità, è il legame con il bio-lignaggio, è il legame simbolico anche con tutto il gruppo di appartenenza. Appartenere a una comunità e a una vicenda comunitaria è il motore delle azioni future, perché fa parte della propria solidità. L'ethos, infine, che gli occidentali hanno trasformato in etica universale. Tutto è usato simbolicamente e quindi i simboli aiutano a mettere in forma il mondo, anzi sono preformanti, perché quando aderiamo ad un simbolo entriamo poi nel processo cognitivo a cui questo simbolo rimanda. La simbolizzazione è un'attività mentale che permette di organizzare e utilizzare l'immaginario che la nostra mente secerne continuamente e questo immaginario può essere sistematizzato e reso comunicativo dai simboli.

«Per la propria identità si è sopportato di tutto, ma le tribù hanno sempre mantenuto la loro identità e questo ha dato loro la capacità, anche dopo atroci sofferenze, di rendersi liberi»

Vorrei accennare anche alla presenza del mito nell'ethos. Il mito di fondazione, che regge le parti che sono più mobili del nostro io e che trovano nei miti la loro collocazione. Noi facciamo parte di un mito, esso muove le nostre menti, ci dà una base solida, è la narrazione. È istituzionalizzato dalle religioni, dalle forme di organizzazione politica, nazionale, eccetera e utilizza questo emergere del nostro immaginario, narrandolo, pensandolo e quindi formando questa sequenza narrante, le origini di ciascuna comunità. Le culture tradizionali, tra cui anche la nostra, hanno una grossa presenza nel nostro io culturale e credo noi si sappia in ogni momento, magari inconsapevolmente, che il nostro io culturale, la nostra identità, è anche appartenenza.

Questo tipico aspetto della postmodernità della metropoli rende più difficile il vivere e l'aver dentro di noi quel 'sentimento dell'esistenza' di Jean-Jacques Rousseau, che pure è la possibilità per noi umani di esprimere la nostra presenza e la nostra identità, il senso di quello che si fa - per esempio della morte e della malattia. Non riusciamo più a decodificare bene il nostro ambiente, che viene continuamente invaso da codici e simboli di diversa provenienza e natura. Nel fluire di queste offerte della modernità, la perdita dell'identità è molto frequente, per cui dobbiamo riconquistarla avendo un ventaglio maggiore di possibilità: conosciamo più simboli e più tribù e questa è l'unica parte buona dell'eccesso. I simboli hanno lasciato il loro topos e viaggiano transculturalmente, appunto, fuori dai loro territori e così rendono ancor più complessa la nostra società.

Questo 'no limits world' chiama a raccolta le saggezze antiche, perché ci venga dato aiuto nel ricostruire le nostre culture, non in modo acculturativo, ma in modo esperienziale attraverso una contaminazione che è fertile. Quindi la tendenza traslocativa nella quale stiamo vivendo, questa peregrinante società, ha bisogno di queste saggezze, le quali vengono raggruppate in comunità e insegnamenti che poi starà a noi utilizzare o meno.



Marlene Silveira

CHI È STATO NELL'AFRICA SUBSAHARIANA, ha potuto osservare che, per esempio, quando nasce un bambino, viene allattato per ventiquattro mesi e questo è un fatto non solo funzionale al nutrimento, ma racchiude una simbologia ben precisa: infatti ai ventiquattro mesi di allattamento si devono aggiungere i nove mesi di gravidanza, in tutto fa trentatré mesi. Questo è il numero delle vertebre di una persona, vediamo quindi che il simbolo dal punto di vista del tempo ci porta al punto di vista biologico. Quindi il bambino, a partire da quel momento, può essere presentato alla comunità, mentre prima appartiene esclusivamente ai suoi genitori, ma dopo i trentatré mesi viene consegnato alla comunità e da quel momento hanno inizio altre pratiche simboliche che lo condurranno a sincronizzarsi sempre di più con i movimenti cosmici. Un altro esempio: i maschi vengono fin da piccoli abituati a sincronizzare il respiro con il movimento degli alberi, a sincronizzare il battere delle palpebre con il battere delle stelle, mentre le bambine vengono portate al lago o comunque vicino ad un corso d'acqua dove si lancia una pietra di modo che formi delle onde e poi le bimbe devono seguire il movimento delle onde con il ventre, cioè si viene educati alla sincronia con il cosmo.

Nel linguaggio si nota questo riferimento continuo alla natura: per esempio, il verbo essere nel senso di copula, nelle nostre lingue non esiste. Io non dico mai "Maria è bella", da noi non esiste, perché non esiste la separazione. Se Maria è bella, vuol dire che la bellezza sta in lei, quindi quella copula non serve, mentre in italiano la copula ha la funzione di mettere insieme due elementi; ma se hai bisogno di metterli insieme, vuol dire che prima erano separati! Altro esempio: noi non abbiamo il verbo avere nel senso di possesso. Per dire che ho una casa, io dico, "sto con una casa" ed è chiaramente molto diverso, perché 'stare con' mostra un'interazione esistenziale. In generale, il soggetto nelle frasi viene sempre prima e per tutto il resto della frase io recupererò elementi fonetici del soggetto, è come se io proiettassi un'ombra e muovendomi notassi che l'ombra mi segue: "ditadi didi dinghesa nadiu dianeme", la pietra che ho portato è pesante. Quando uso una cosa della natura poi non la abbandono più, la cosa mi segue e chi sta ascoltando capisce già di cosa si sta parlando. Questo è un elemento fondamentale per capire la nostra cultura e le culture africane, che non si sono mai staccate da questa alleanza cosmica. Noi ci sentiamo soggetti fra soggetti. L'occidentale, invece, quando vede una pietra cosa fa? Si crea un'immagine della pietra, su questa immagine ha creato il concetto di pietra e ha creato due mondi, quello della pietra concreta e quello della pietra concetto. L'occidente ha poi lavorato con questo concetto e quindi può fare discorsi e dilungarsi senza neanche considerare la pietra concreta, mentre l'africano no, egli è sempre sollecitato dalla realtà concreta. Ecco perché le nostre lingue usano molto l'onomatopeica, perché la lingua deve riprodurre l'immagine della cosa che ha visto. Questa è l'eredità che noi schiavi abbiamo portato anche in Brasile. Per esempio, anche lì chiunque stia bevendo un alcolico, anche il peggiore degli alcolisti, prima di bere versa un po' della sua bevanda per terra: questo è il simbolo del legame con gli antenati, legame molto radicato nelle culture africane ed è stato "esportato" anche in Brasile. Questa è la nostra eredità.

VORREI PARLARE DELLE ESPERIENZE INTERIORI. Io credo che il mondo sia unico, sento che le nostre radici antiche sono quelle che contano e non riesco a vedermi separata da tutto il resto. Per me è già tutto integrato, io sono figlia del mondo e non del Brasile e secondo me non c'è una terra, ma è tutto una cosa unica. Io cerco solo di stare un po' in guardia, per conservare e preservare le tradizioni antiche. C'è il pericolo che queste cose vadano perse e deformate e in questo è il rischio di allontanarci dalle nostre radici sacre e antiche.

La tradizione antica è la chiave di accesso per entrare in contatto con il mio spirito puro. Con questa espressione indico anche il nostro sé divi-

no, che per noi è positivo (Oxalà) e negativo (Exù) e quando c'è armonia tra questi due io sono allineata con l'universo. L'integrazione delle due polarità può farmi comprendere le mie grandi qualità. Allora per essere in contatto con loro, secondo la tradizione afrobrasiliiana, nei momenti di preghiera canto i mantra delle forze della potenza di Dio; canto alle forze dei boschi e delle foreste, danzo la danza antica di boschi e foreste e mi muovo come gli alberi. Allora la potenza di Dio si manifesta e risveglia questa pura essenza che è nel mio cuore: lì io sono in stato di transe, lì ho cambiato il mio stato di coscienza ordinario in uno straordinario ed è lì che lo sciamano dice "adesso tu hai la chiave per guarirti". Se io sono in stato di ossessione e voglio autoguarirmi, devo conoscere il mio ossessore e trasformarmi. Questa è una cosa che posso fare solo attraverso il transe. Transe vuol dire cambiare stato di coscienza e nelle tradizioni antiche di molti popoli questo cambiamento è basilare. Quando noi siamo in disequilibrio stiamo male, ma se c'è integrazione allora tutto va bene. Nella tradizione afrobrasiliiana il contatto col sé divino può passare attraverso i canti, la danza, i gesti. Quando sono in contatto, io sento di essere luce pura, di essere luce nella luce. Quanto più lavoro così, tanto più sono in contatto con gli antenati, questo mondo invisibile in cui noi viviamo, ma di cui non abbiamo percezione. Quando tu impari a cambiare lo stato di coscienza, senti veramente questo mondo di luce che arriva e allora nutrendo il tuo spirito di questa luce esso diventa energia pura e l'aura lentamente diventa un bell'uovo di luce, come un ritorno nel ventre materno. La via di guarigione è perciò la via del transe, del cambiamento di coscienza.



Alfredo Ancora

COMINCERÒ RACCONTANDO COSA SUCCESSE ANNI FA, durante un viaggio in Siberia meridionale. Ricordo una cosa molto destrutturante, ovvero che la presidentessa degli sciamani della Buriazia a un certo punto mi chiese: "Tu che fai lo psichiatra, prima di lavorare preghi?"

Al momento, pensai di non aver capito e, nonostante un secondo viaggio, non ho avuto la risposta. Queste parole hanno aperto qualcosa, sicuramente un panorama a cui ancora oggi faccio riferimento, cioè il significato delle nostre esperienze interiori, delle nostre esperienze di viaggio, quel distillato che poi noi siamo e che diventiamo quando entriamo nel servizio. Terapia, infatti, vuol dire servizio. E questa è una cosa di cui ci dimentichiamo, perché in questo momento in cui c'è una grossa richiesta di tecnica, più o meno raffinata, si è perso il significato di questa parola. Cosa fa una persona quando si mette al servizio? Questa domanda prevede naturalmente tutta una serie di risposte, ma soprattutto una cosa fondamentale: il mettersi un po' in circolo. La circolarità è data da come ciascuno si colloca ed io, per esempio, ho cominciato a togliere la scrivania classica e ho visto un po' di smarri-

mento: io pensavo che fosse una cosa molto banale, ma la cosa buffa è che non sono stati i cosiddetti utenti a rimanere esterrefatti, quanto gli operatori! Non pensavo di essere così rivoluzionario! Questo evidenzia la difficoltà del mettersi in gioco o, come dicevo prima, del mettersi in circolo nell'incontro con l'altro.

Torniamo al discorso etico: è anche il senso dell'incontro, la possibilità di poter passare da un'esperienza interiore ad una condivisa, direi in termini relazionali-sistemici, processuali, quando io e chi mi sta di fronte costruiamo una realtà unica. Un altro concetto importante è quello della cura, che è molto diverso da quello di guarigione: prendersi cura è il principio della terapia, perché vuol dire che io comincio ad 'entrare nel racconto' di chi mi sta di fronte. Probabilmente, per far ciò devo cominciare a sospendere alcune mie categorie paradigmatiche e infatti nel 'circolo della cura' ci sono molte cose in gioco. Prima di tutto la scommessa del terapeuta, che vuole prendersi cura di un altro; poi la possibilità di entrare, destrutturarsi, contaminarsi, sporcarsi e infine tornare. Tornare, questo è molto importante. Il mio compito è di ritornare dal viaggio e durante il percorso cercare di notare che cosa cambia, cosa divento quando torno. Nella mia esperienza, quindi, la scommessa è stata proprio questa: passare dall'esperienza interiore all'aspetto processuale. Attraverso 'cosa' debbo passare? Vi sarebbe un passaggio oltre i modi di pensare e le modalità paradigmatiche, ma non sarebbe un passaggio come noi lo intendiamo: un passaggio 'attraverso' richiede una trasformazione. Questo è sicuramente un elemento nuovo e allo stesso tempo vecchio, tant'è che c'è un grande rapporto di collaborazione tra sciamani siberiani e psichiatri siberiani. Dato che gli sciamani si occupano di cura, possiamo sicuramente apprendere una cosa fondamentale e cioè l'unicità del rapporto che si crea in quel momento. Non c'è scuola, non c'è tecnica, in quel momento accade qualcosa di nuovo e di difficile da raccontare e questa è anche un'altra cosa che potrebbe essere considerata un elemento di riflessione in questo viaggio.

Ecco perché secondo me, in questo momento, anche su questo piano di dibattito di tutti noi viaggiatori, che apparteniamo a questo pensiero nomade e pronto a contaminarsi, forse è opportuno, nel momento in cui noi come psichiatri ci mettiamo a fare terapia - e torniamo all'etica e al "preghi prima di lavorare?" - occuparsi più del ritorno! È una cosa molto difficile da realizzare, in quanto non appartiene ad ognuno e alla sua pratica, bensì ne diventa l'aspetto processuale, interattivo. Devo tener conto del percorso che ho fatto e che mi ha trasformato, altrimenti questo viaggio attraverso le culture diventa un viaggio solo di andata e il buon Antonio Gramsci aveva ragione nel dire che la psicologia rischia di diventare "la foglia di fico che copre le vergogne". Quindi a me ha dato molto il viaggio con gli sciamani siberiani, ma mi ha dato qualcosa anche il viaggio nello psicotico, con un alto rischio di destrutturarmi e invece noi dobbiamo ritornare, anche se il 'passaggio attraverso' può e deve procurare qualche fastidio.

Estasi, arte e realizzazione spirituale

Interventi di Maria Luisa Magagnoli, Gianfranco Draghi, Raffaele Morelli



Maria Luisa Magagnoli

VORREI PARLARE DELLE PAROLE. Prima di tutto, per la mia esperienza, direi che lo scrivere porta da una situazione apparentemente paradossale, perché da una parte implica la necessità di ritrovare le parole, ma al tempo stesso anche di imparare a rifiutarle. Lo scrittore è impegnato a cercare la parola necessaria, la parola che abbia un senso interiore, quindi che non sia accidentale, che sia libera dalla fretta, dall'ovvietà. Che non appartenga ad altri. Per la mia esperienza questa parola, almeno all'inizio, è sommersa, timida, fa fatica ad aprirsi una strada tra

le mille voci inutili e devianti che popolano la mente e l'esistenza quotidiana. Chi scrive va incontro alle parole e ne ascolta il suono, spesso rileggendo una frase che ha scritto, capisce che questa frase non esiste. Intendo dire che lo scrittore va incontro al pericolo di usare parole che sono gusci vuoti, mentre le parole vibranti di significato sono al suo lato oppure alle sue spalle, ma comunque non in contatto con lui. È solo dal silenzio interiore che nasce e matura la voce che lo scrittore può riconoscere come propria. Quando la personalità, le maschere, le preoccupazioni si fanno da parte, affiora l'essenza. Lavorare per ottenere questo silenzio interiore è un lavoro spirituale ed è fondamentalmente un lavoro di sottrazione, cioè di allontanamento dalla chiacchiera in ge-

nerale e dalla chiacchiera interiore. È un processo di disidentificazione ed è un lavoro non facile. La parola scritta nasce dall'atmosfera spirituale che circonda lo scrittore, dalla sua vita quotidiana, dai suoi pensieri, dai suoi incontri, dalle sue preoccupazioni ed è una materia sottile che però dà corpo e sostanza alle sue opere, quindi il lavoro su di sé e sul proprio essere porta anche a una diversa qualità della scrittura. Sviluppando silenzio interiore e attenzione si può arrivare a percepire il colore di una parola. Il che significa, tra l'altro, che approfondire un'arte implica necessariamente stabilire un collegamento anche con altre arti. Comunque il lavoro di scrivere rimane un lavoro misterioso e, per ciò che mi riguarda, l'esigenza di scrivere nasce dal fatto che la vita non basta, nel senso che è troppo dispersiva e conflittuale. Scrivere significa anche focalizzare ed entrare in contatto con stati più alti. Io sono anche giornalista e rilevo una grande differenza tra le parole giornalistiche e quelle letterarie: il giornalista è obbligato per sua natura ad un lavoro di tipo orizzontale, che comporta una selezione delle informazioni, sveltezza, capacità di sintesi, mentre la parola letteraria ha invece un andamento verticale. Scrivere è anche un atto di ribellione costruttiva. È un modo per non accettare le cose come stanno e a me, a volte, dà l'impressione di nuotare verso la libertà.



Gianfranco Draghi

IO VORREI RACCONTARVI UN'ESPERIENZA MOLTO PERSONALE, in qualche modo un sogno realizzato. Una breve fiaba che si è svolta per circa sette anni, all'inizio degli anni settanta e che porta in sé l'elemento di estasi, nel senso di "uscire da sé", l'estasi che possiamo di continuo avere e che continuamente perdiamo. Questa fiaba si è svolta in una casa sulle colline di Firenze dove, con naturalezza estrema, non voluta, nascevano straordinari avvenimenti: ragazze che suonavano tutto il giorno il flauto, gente che ballava, io che lavoravo sui sogni delle persone e le introducevo a quel mondo reale che è il mondo onirico. In questa casa si manifestava una melodia infinita, un'estasi continua, ma intervallata da consapevolezza e aveva questa caratteristica fiabesca, quando i fatti si svolgono senza la volontà degli esseri umani, perché sono portati da energie più profonde. C'erano molti bambini che assistevano a tutte le nostre cose; un giorno ci dissero "oggi dovete ascoltare noi" e questo fu bellissimo. Lì l'Arte fu comunicazione terapeutica, nel senso del partecipare seguendo. Come ho detto, l'esperienza durò un settennio e poi si concluse, ma sempre resterà, per tutti noi, qualcosa in più in questa 'eredità' di sogni realizzati.



Raffaele Morelli

QUANDO ERO IN CINA, TANTI ANNI FA, e mi occupavo di medicina olistica, ho incontrato un vecchio maestro taoista e alla domanda "Olismo" lui mi ha risposto "Olismo come? Se c'è l'olismo vuol dire che da qualche parte c'è un punto in cui il sistema nervoso è l'osso, è il cuore, è il rene". Io venivo da studi di psicoanalisi e psicoterapia, spiegavo attraverso la psiche i disturbi del corpo e dicevo "tutte le volte che uno è abbandonato, soffrirà di asma bronchiale" - e questo maestro mi guardava come se fossi demente. Allora io cercai di sorprenderlo dicendogli che avevo letto benissimo la sincronicità di Jung, che sapevo che da qualche parte l'universo era una sola cosa - e lui mi guardava sempre un po' perplesso. Ci deve essere un punto in cui la sincronicità è disponibile, il caos raggiunge il punto massimo, l'ordine è assoluto. L'essenza del pensiero cinese è tutta qua: il saggio non fa nulla, eppure cambia il mondo. L'imperatore perde la perla e la chiede alla Ragione, ma non ottiene nulla; la chiede al Potere Supremo e non ottiene nulla; la chiede infine al 'Wu-Wei' (non agire), il Nulla, e il Nulla gliela restituisce. Da qualche parte del tuo universo c'è qualcosa che continua a formare il tuo corpo, lo fa in silenzio, nel buio, a tua insaputa, che tu sia d'accordo o no. Il mondo non è mai stato creato, ma è creato continuamente, in tutte le gradazioni. Se non ci fosse qualcos'altro che continua a dividere e a separare, noi saremmo tutto questo contemporaneamente. Quando il saggio ci invita a stare nel presente,

non dobbiamo credere che sia l'invito a conquistare qualcosa: il nostro corpo, semplicemente, vive nel presente. Io non penso, come ho imparato dalla psicoanalisi, che il cervello partorisca l'idea di eternità perché ha paura della morte; il cervello pensa l'eternità perché si accorge di possedere un'energia unica, indivisibile, primordiale e irripetibile. La medicina psicosomatica io la interpreto con il concetto di 'chiasma', che è difficile da tradurre. Il pensiero egiziano era molto vicino a quello cinese: mentre noi occidentali pensiamo di poter conoscere il mondo dalla parte del visibile e della luce, l'egiziano diceva "il nero, un po' più nero: quando il nero è l'abisso, lì comincia la luce". Allora guardava l'occhio e si accorgeva che nel corpo umano c'è un solo chiasma, cioè un solo luogo in cui le fibre si incrociano, il chiasma dei chiasmi è l'incrocio dei due nervi ottici. Come medico ho imparato che si deve fare, purtroppo, un grande lavoro per distruggere tutte le nozioni che abbiamo appreso, l'occhio non è fatto per vedere, è una credenza alterata. Il centro del problema del chiasma, che impregna il pensiero egiziano così come quello cinese e indiano, è che i due occhi sono lì per portare la luce e per incrociarla, l'occhio yin e l'occhio yang, un occhio crea il corpo e l'altro lo distrugge. C'è qualcosa in noi che mentre forma la materia contemporaneamente la annienta. Di notte, quando dormiamo, 'buttiamo via pezzi di cervello', sul serio! C'è un punto in cui la coscienza, la materia, l'essenza sono la stessa identica cosa, là dove il caos è più grande l'essenza è presente. E se dico che il corpo è infinito? Tutto ciò che esiste è nel seme del mondo. Le nostre idee, le nostre emozioni si materializzano continuamente: continueresti a pensare le infinite cazzate che pensi, se sapessi che dentro di te diventano stati materiali? Continueresti a guardare ciò che guardi, se sapessi che in te tutto questo diventerà fegato, cuore, rene, milza, polmone? Bisogna assolutamente abbandonare la via della ragione, cioè la via della spiegazione. L'universo non è spiega-

«Da qualche parte del tuo universo c'è qualcosa che continua a formare il tuo corpo, lo fa in silenzio, nel buio, a tua insaputa, che tu sia d'accordo o no»

bile, l'universo è. Tutte le domande sono domande perdute. Qualsiasi domanda fai a qualcuno o a te stesso, la fai a tutto l'universo, ma se impari a non rispondere più, il silenzio può creare. "Il corpo senza corpo è il corpo degli Dei", così mi disse quel vecchio taoista. Lo spazio astratto lo è a un punto tale in cui diventa solo occhio. C'è un'antica iconografia egiziana che raffigura le onde del mare con sopra un occhio con i raggi, ad indicare che là dove le onde del mare perseguono finalità non-causali, antientropiche, là c'è qualcosa, mentre siamo in balia del vento, che guarda e che vede in modo essenziale. Come diceva Maurice Merleau-Ponty: "Ciò che vede è visto"; perché mai noi dovremmo colpevolizzarci per i peccati? Perché quelli che noi chiamiamo i peccati possono essere così fortemente temuti? Cosa gliene può fregare ad un Ente Supremo se noi mangiamo troppo, beviamo troppo, facciamo troppo all'amore? Perché mai l'attaccamento dovrebbe essere una colpa? Perché, se noi andiamo a vedere la posizione olistica, c'è un punto in cui qualsiasi cosa noi facciamo è vista ed è fissata. Il saggio non ha più ricordi, né immagini. Un tempo io pensavo che se una persona libera le emozioni, gli fa sicuramente bene. Oggi non la penso più così. Qualcuno mi dirà "Beh, allora dobbiamo trattenerle?"; come se ci fossero solo due possibilità: trattenerle o esprimerle. E la via dell'occhio, della consapevolezza, della presenza, dell'eternità? Da qualche parte l'essenza è capace di bruciare i pensieri, così come è capace di modificare radicalmente la materia. Il saggio si disfa delle immagini. Io pensavo che se una persona faceva fantasie, poi si sentiva meglio, ma anche su questo ho cambiato idea. Il saggio non pensa più, non ha più ricordi. Cosa sono i ricordi? Qualcosa che noi continuiamo, come il cibo, a ingurgitare e a fissare. L'essenza è qualcosa che è, istante per istante, la materia. Altrimenti non si riuscirebbe a capire come mai nelle varie tradizioni sono così importanti i digiuni. Perché si dovrebbe digiunare, per purificarsi? Non è così importante. Si digiuna perché, in qualche modo, si cerca una corrente antientropica, si cerca di far sì che la via della fissazione possa cambiare passo e la coscienza possa finalmente liberarsi.

Associazione Om

Om - Associazione per la medicina e la psicologia transpersonale, è stata fondata a Milano nel 1982 da un gruppo di medici e psicologi, con l'obiettivo di sviluppare, promuovere e diffondere l'approccio umanistico e transpersonale nel campo della salute, del benessere e dell'evoluzione personale. Nel corso di questi anni ha organizzato una serie innumerevole di corsi, seminari, conferenze, mirati alla sensibilizzazione dell'individuo nei confronti delle proprie potenzialità e della propria dimensione spirituale. Nella persona dei suoi membri più rappresentativi, ha pubblicato numerose opere a carattere divulgativo e scientifico e partecipato a svariati congressi nazionali ed internazionali. Al suo interno è inoltre presente la Scuola di Formazione in Psicoterapia Transpersonale, la prima scuola in questo ambito riconosciuta ufficialmente dal MIUR (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca).

L'Associazione Om è iscritta all'EAP - European Association for Psychotherapy, e all'ATP - Association for Transpersonal Psychology. È membro fondatore del FAIP - Federazione delle Scuole Italiane di Psicoterapia e della AICP - Associazione Italiana per la Psicoterapia Corporea.

In seno all'associazione, Pierluigi Lattuada e Marlene Silveira hanno creato la Biotransenergetica, una disciplina psico-spirituale di nuova concezione che ha profonde radici nelle antiche tradizioni sciamaniche e si riconosce nell'emergente movimento della psicologia transpersonale.

Percorsi di trasformazione e Corsi di formazione in Biotransenergetica sono condotti in diverse città d'Italia esclusivamente da docenti e operatori accreditati dalla Società Italiana di Biotransenergetica, abilitati dopo una intensa formazione quadriennale, una supervisione triennale e tenuti ad un aggiornamento permanente, al rispetto di un regolamento interno e di un codice deontologico.

info@biotransenergetica.it www.biotransenergetica.it