

Psicologia energetica

“C’era una volta, in un lontano paese...”

Anzi, no, era così:

Da numerosi anni sono andato modificando il mio metodo di lavoro come psichiatra e psicoanalista junghiano, fino a rivoluzionarlo tanto da non sapere più come chiamarlo. Il risultato del cambiamento tuttavia mi pare confortante, poiché ottengo mi sembra risultati migliori ed in tempi minori, ma anche più stabili e più significativi di quelli che ottenevo anni addietro.

Vorrei in questo scritto esporre queste riflessioni che partono dalla clinica e si allargano ad una teoria antica e ritrovata nella psicologia moderna, in cui ci troviamo a convergere con numerose altre scienze in modelli che considerano l’energia la prima realtà.

Attraverso di essa noi lavoriamo, impariamo, evolviamo; l’energia come parametro del reale, e del reale psicologico in particolare.

Per questo ho intitolato questo lavoro psicologia energetica, ben consapevole che tale termine risulta per un verso generico e peraltro abusato ¹.

Esporrò in breve una seduta con una paziente con cui lavoro da alcune settimane, che lamentava ansietà, scontentezza, crisi di collera, depressione; un quadro non ben definito da una diagnosi, non tanto aggredibile farmacologicamente, e peraltro lei non intendeva utilizzare un approccio allopatico.

Dopo avere raccontato la seduta esporrò alcune riflessioni teoriche. Consiglierei di leggere una prima volta la seduta senza le note, così che scorra meglio, ed in seguito rileggerla con le note.

¹ Vedi : Psicoenergetica, Bioenergetica Reichiana, vedi psicosintesi, di Assaggioli, vedi Psicologia Transpersonale, tutti indirizzi ed altri ancora che si potrebbero aggiungere, che indicano l’importanza prioritaria dell’elemento energetico spirituale nell’approccio clinico e teorico che li caratterizza.

LA SEDUTA

-Arrivo a casa sua all'ora stabilita, ci sediamo;
mi chiede se voglio dell'acqua da bere.

Ci vediamo da lei perché in questo caso ci viene meglio come organizzazione del lavoro.

Silenzio breve, intanto la sento che sta male in qualche posto dentro di lei.
Poi inizio io:

-Cosa c'è che non va?

-Niente, va abbastanza bene. Beh veramente in questa settimana sono stata un po' male, verso mercoledì scorso.

Percepisco che il dolore, che adesso posso collocare a quel mercoledì, (mi ci sintonizzo, e così so quando, cosa e come è successo), non era un dolore così minimale come lo descrive in questo momento. Anzi posso ben percepire un dolore molto profondo, nel suo cuore, ed un disagio ed una contrazione marcata a livello del suo stomaco.

Percepisco inoltre che questo dolore non è un dolore "locale", legato in pratica a quello che successe quel mercoledì, ma si trattava di quel dolore più antico che lei ben conosceva ed aveva sperimentato nella sua infanzia, e che si era ravvivato, in maniera profonda, in occasione di quel mercoledì.

Avevamo già parlato almeno un paio di volte del suo rapporto colla madre, di come la sua ambivalenza, distanza e manipolazione l'avessero tanto fatta soffrire da giovane;
dico:

-Beh veramente sei stata molto male, vedo; ed è importante che ci soffermiamo sul motivo, poiché si tratta secondo me dello stesso motivo che ti ha fatto stare tanto male da ragazza, con tua madre.

-Sì, in effetti il motivo è proprio quello che mi faceva soffrire nel rapporto con mia madre. Lei cadeva in depressione, si arrabbiava con me, ed io non riuscivo ad accettare questo suo assentarsi, egoistico, questo suo dare la colpa agli altri e a me, questa sua negatività. Io chiedevo di essere ascoltata nei miei bisogni e lei camuffava tutto, non c'era niente di chiaro nel rapporto.

Sento che è utile inserire una osservazione esplicativa, della psicodinamica del rapporto oggettuale², cioè di spiegare esplicitamente una interazione psicologica tipica:

-Sì, il malessere è duplice come origine:

² Cioè dei sentimenti provati nella prima infanzia nella relazione fondamentale tra se e le figure più significative della propria vita.

Da una parte il non riconoscere il tuo bisogno di riconoscimento e di amore, per cui rimanevi da sola e dovevi fare da mamma a te stessa da sola, ed anche fare da mamma a lei eventualmente, cosa che tuttora fai tuttora in tanti rapporti; ti faccio osservare per esempio che la prima cosa che mi hai detto quando sono arrivato era se desideravo avere dell'acqua, ti ponevi quindi nel ruolo di una che si occupa del bisogno altrui.³

Pausa, poi proseguo:

Ma d'altra parte poi c'è il fattore confusivo, manipolativo, di negare che si sta negando, per cui non riesci più a capire quale sia la verità, e viene fatta passare come una tua colpa che le cose non vanno. Insomma percepisci giusto, ma vieni accusata di questo; siamo di fronte ad una operazione di cambiare le carte in tavola, e questo solleva sentimenti di rabbia, delusione, cinismo, dolore. Si insegna un modo di falsità, si disconnette da ciò che è vero e reale, e questa operazione di per sé fa male.

-Sì, questi due elementi li riconosco, ed anche nei sogni della scorsa settimana si ritrova questo problema con mia madre.

In un sogno raccontava al terapeuta che aveva sognato la madre che non le badava quando lei parlava, e lei si arrabbiava moltissimo, o altri sogni in cui la madre la aggrediva verbalmente.⁴

-Sì, quei sogni indicano che la relazione con mamma è ancora viva interiormente, ma contemporaneamente indicano che qualcosa sta in fase di cambiamento, che non è più così vero che vivi le cose alla stessa maniera.

Infatti nel caso di quel sogno in cui sognavi di raccontare il sogno, si trattava del risvegliarsi nel sogno da un altro sogno; in questo procedimento di risveglio all'interno di un sogno, che ricorda lo stato psichico dei sogni lucidi, cioè di quei sogni in cui sai che stai sognando, si vede che stai divenendo cosciente della realtà illusoria di quelle fantasie e memorie inconse.

Questo è interessante, perché ci porta a chiederci quale sia il procedimento tramite il quale le cose cambiano a livello inconscio.

Si vede nel sogno che la figura di mamma è vissuta ancora come strega diciamo, come archetipo materno negativo; però in altri sogni si vede anche che la figura è soccorrevole, positiva.

Mi viene in mente un sogno della scorsa seduta in cui viaggiava in nave con sua madre, ma lei era una figura abbastanza tranquilla, priva di quegli scatti aggressivi e negativi nei suoi riguardi, quasi una opportuna accompagnatrice; il viaggio era associato al viaggio terapeutico, e quindi la figura materna in questo stava mettendosi in sintonia, si stava coordinando con il nostro lavoro, stava cambiando, come se

³ In questo brano di seduta sto collegando il vissuto con la madre al vissuto in seduta, facendo vedere la similitudine; sto cioè interpretando il trasferimento, il transfert, su di me della dinamica oggettuale emergente.

⁴ Mi rendo conto che secondo una modalità classica di interpretare, la prima cosa da fare sarebbe stata di riferire alla seduta il contenuto del sogno, interpretando il transfert; io scelgo di procedere diversamente qui.

stesse risorgendo un archetipo materno positivo, come se mamma fosse vissuta anche come figura non negativa.

-Sì; in effetti questa settimana ho fatto un sogno in cui mia madre era complice mia, nel vedere che un mio caro amico riusciva nel suo intento, di realizzare un progetto che in realtà è il mio. Ce ne andavamo insieme sotto braccio ridendo felici.

Proseguo:

-Dicevi che mercoledì sei stata male...

-Sì, sono stata male per un paio di giorni per una discussione con un collega di lavoro, rispetto alla quale ho rivissuto queste dinamiche di aspettative sue che io deludevo, di rabbia che non potevo esprimere, e mi sono tornate in mente tutte le vecchie scene che dentro di me ancora vivono.

Ho cercato di fare quel lavoro di rilassamento di cui parliamo qui, ma ci sono riuscita poco. Dopo il terzo giorno però mi è riuscito di farlo bene e sono stata di nuovo bene fino ad ora.

-Ecco, dico, se adesso, nel presente - perché la vita è adesso, come dico sempre - se tu cerchi di percepire le condizioni dei tuoi centri sottili, i chakra, cosa percepisci?

Pausa.

Se ascolti, puoi sentire la situazione correlativa a queste immagini, a questi vissuti psichici, a questi sogni.

Pausa.

Prova a rilassarti:⁵

Appoggia le tue mani a piatto, una sulla pancia e una sul centro del petto;

prova a rilassare

i piedi, il dorso del piede, le dita del piede,

le caviglie, le ginocchia, le cosce;

rilassa il bacino,

la schiena, la parte bassa, media, alta della schiena;

lo stomaco;

il torace, gli organi interni,

rilassa le spalle, le braccia le mani,

rilassa la nuca, la testa, la gola,

respira, lento lungo e profondo;

ascolta, non pensare;

cosa percepisci? senti qualche tensione nel tuo corpo?

Pausa.

-Sì sento che c'è una tensione nell'addome, ed anche nelle spalle.

⁵ Propongo sempre il rilassamento, in tutte le sedute, non sempre all'inizio ma al momento che ritengo opportuno, per potere lavorare con un miglior contatto con se' stessi. Inizio con voce calma, lenta, ad indurre il rilassamento, ma consiglio sempre il paziente di rimanere vigile, sveglio, anche quando sopravviene una certa sonnolenza per la ridotta tensione; diversamente dalle tecniche ipnotiche, questa si differenzia per questa caratteristica di favorire, mantenere e privilegiare la consapevolezza e la presenza mentale del paziente.

Pausa.

-La tensione dell'addome, puoi percepirla? Cosa percepisci?

Pausa.

-Sì, sento la tensione, anzi direi che la tensione che percepisco è maggiore di quello che credevo prima di mettere la mano.

Breve pausa.

-Senti calore nella mano?

-Sì, appena un poco.

Pausa.

-Quanto calore senti nella mano poggiata sul plesso solare?

In una scala da 0 a 10, dove 0 è nessun calore, e 10 il più forte calore mai sentito qui, quanto calore senti nella mano?

Pausa.

-Mah forse 3.

Pausa.

Però, adesso che mi ci hai fatto pensare, comincio a sentire che il calore sta crescendo. Forse adesso sarà 5.

Pausa.

-Bene, e senti che il calore rimane localizzato alla regione della mano o che passa sullo stomaco?

Pausa.

-Sì, sento che passa anche allo stomaco

Pausa.

-Senti che passa solo sulla superficie dell'addome, o lo senti che arriva più in profondità?

Pausa.

-Anche in profondità, sì;

-Quanto in profondità?

-Mah, forse qualche centimetro.

-Questa sensazione la percepisci solo sotto la mano, o la senti in una regione più ampia della mano?

Pausa.

-La sento più ampia, anzi, direi che giunge ora più in profondità, e si espande in alto e in basso.

-Che intensità di calore senti ora?

-Ora sarà 7.

Pausa.

Sento che il calore si irradia dalla mia mano a tutto l'addome, e che c'era quella tensione non esiste più; sento uno stato di rilassamento, e la preoccupazione nella mia mente andarsene.

-Sì; e senti che c'è come un movimento nell'addome, o no? come si sciogliesse una tensione nelle gambe, nella parte bassa e posteriore delle cosce, poi a risalire a livello del perineo e delle ovaie?

Pausa.⁶

-Sì.

-E senti che c'è un movimento a circolare dell'energia, che sembra, diciamo orario, sembra come un movimento ritmico, ciclico quasi, e che non è come uno stato costante? Io direi,

in altre parole, che il primo secondo e terzo chakra si stanno rilassando e che l'energia ha ripreso a fluire in senso ascensionale; che ne dici?

-Sì, sono d'accordo, la sento così infatti, precisamente.

Pausa.

E adesso sento anche che l'altra mano, quella del petto, si sta scaldando tanto, e che sta facendo sciogliere la tensione delle spalle, che spesso mantengo contratte;

Pausa.

E anzi ora mi viene anche una riflessione, ho capito una cosa; sentendo questo effetto benefico, riconosco che questo stato di tensione e contrazione nelle spalle è quello che mi da peso e dolore quando mi trovo, come mercoledì scorso, in una situazione di performance simile a quella che abbiamo adesso analizzato; ma allora, dovrei pensare che questa situazione è come una costante, che credevo legata al mio carattere, ed invece capisco ora che è una condizione psichica che mi ritorna perché la vivo alla stessa maniera...

la vivevo anzi, perché ora la sento sciolta.

Pausa.⁷

Inoltre sento un calore ed un benessere che si sta diffondendo a tutto il torace, che mi scalda il cuore, e mi fa sentire bene.

Senti, ma come è possibile che stavo tanto male poco fa, e adesso sto così bene?

Starei sempre così, non me ne andrei mai da qui.

Pausa. Proseguo:

-Sì, e senti che non si tratta solo di calore; il quarto chakra ed il quinto si stanno modificando, e lo senti attraverso queste sensazioni complesse di calore-affetto.

Il calore comunque lo potresti anche quantificare: tra 0 e 10, facendo una scala soggettiva, (dove, di nuovo, zero rappresenta "non sento niente", e 10 "la più forte sensazione mai sentita qui"), quanto è forte la sensazione che senti nel petto ora?

-Mah; direi nove.

-E, dicevo, questo nove senti che non è solo calore?

⁶ Come si vede, nella seduta io mi muovo in maniera diversa nei diversi momenti; talvolta aspetto che sia lei a dirmi cosa percepisce, come sta, cosa le viene da dire; altre volte sono io che la precedo, le dico cosa percepisce, così che possa rendersi conto che queste sue esperienze sono condivise, che siamo parte di una esperienza unica, di diciamo "Comunione".

⁷ Inoltre la comprensione non solo esperienziale ma anche a livello intellettuale delle esperienze che ritrova e vive è importante per una ristrutturazione cognitiva, diciamo così, della sua esperienza, e anche qui sono talvolta io che le rendo esplicite, altre volte sorgono come in questo caso dall'esperienza mutativa durante la seduta.

Senti che questo calore non è il calore- stufa, diciamo, ma un “calore conforto”, un “calore dolcezza”, un “calore speranza”;

e poi, senti anche altro nel cuore, dei sentimenti per esempio...

Anzi, che sentimento provi nel cuore in questo momento?

Pausa.

-Mah ... non saprei, veramente;

anzi, lo sento un qualche sentimento, ma non so come chiamarlo...

-Vedi come spesso diciamo: “Sì, sto bene”, ma non sappiamo come stiamo in realtà; di noi sappiamo così poco... e quello che sappiamo, non sappiamo dirlo...

Pausa. Percepisco una espansione nel suo cuore ed una variazione qualitativa nella sensazione, che provo a comunicare perché ne prenda coscienza:

Se ascolti bene, comunque, puoi percepire che questo calore, (e benessere, e speranza) sa in qualche modo che lo stiamo ascoltando;

e infatti,⁸ hai sentito il movimento che hai provato nel cuore un attimo fa?

-Sì, ho percepito qualcosa di definito, qualcosa che si è mosso, che è cambiato; era un sentimento ed un movimento percepibile, ma tu come fai a saperlo?

-Era un sentimento digioia?

-Sì, ecco! questa era la parola giusta!

Ma perché c'era?

-Perché, appunto come ti stavo spiegando, l'energia risponde quando viene ascoltata, per un principio naturale.⁹

E quindi è la verità che cura, cioè il riconoscimento che sia vero ma anche nel presente.

Come vedi, la mente mente; dice: “sono disperata”, e poi l'energia magari si sta sciogliendo, o viceversa; ti potrò illustrare questo più volte anche in altri momenti. Tu puoi accorgertene perché tu non sei la mente, e ti sei solo identificata con questa mente.

-Sì ma in alcuni sogni si parla di queste difficoltà psichiche che sento, della mia disperazione; e se penso a come sono stata male in situazione come quella descritta questa settimana mercoledì, devo dire che per me in quei momenti era vero quello stato.

-Sì, ma ascolta il presente:

¹⁰senti che, ora che ci pensi, il tuo primo chakra si chiude; ed anche il secondo abbastanza; e la sensazione nel chakra del cuore è cambiata; condividi queste osservazioni? come è ora?

⁸ Cerco di rendere con lo scritto, con tutti questi e che legano, o con le pause, il ritmo della seduta, i silenzi dove emerge l'esperienza che ascoltiamo e seguiamo o conduciamo, tuttavia non è facile rendere questo ritmo, perché è composto di treni di frasi, di accelerazioni e deviazioni, di timbro di voce, di magnetismo e di neutralità.

⁹ il principio che.... “un cuore affranto si cura con l'udito”, dice Modugno in una bella canzone, “Tutto il mio folle amore”.

¹⁰ La paziente ha ancora le mani appoggiate sui centri di cui si sta parlando.

- Sì, lo sento; nel chakra del cuore l'intensità sarà scesa a sei, e si è colorata di pesantezza, di angoscia; e nell'addome, in particolare nel primo chakra, sento una contrazione diciamo sei;

-Sì, e nel secondo l'energia di piacere e di vitalità non si sente quasi più, mentre prima erano andate una verso l'altra tutte le energie, suonavano insieme;

-si ma ora che ne parliamo sento che si stanno riaprendo, ed anche che c'è come una circolazione tra le due mani, che ora quasi scottano.

-silenzio;

nell'intervallo sento che la circolazione si espande, ed arriva ad invadere le spalle, il bacino, le gambe, tanto che ora la situazione sembra abbastanza omogenea, come essere in uno spazio risanatore e globale.

-Voglio raccontarti un sogno che ho fatto stanotte.

Stavo nel sogno sospesa a circa un metro dal letto, in orizzontale e con gli occhi chiusi, e mi sentivo benissimo.

Non ero affatto preoccupata di questa condizione, perché ero pervasa da uno stato di felicità, di benessere, di rilassamento intenso e diffuso.

Stavo così, e temevo che aprire gli occhi mi potesse portare a perdere questa condizione così gradevole e appagante,

che era come una corrente che mi attraversava, dai piedi alla testa, e che mi faceva sentire rilassata, tranquilla, felice.

Mi viene di associare questo stato a quando sto in questo stato di rilassamento durante le sedute.

-Mi pare, dico, che il sogno rappresenti bene lo stato che ora puoi sollecitare sul piano cosciente, quando ti ricolleggi alla fonte centrale dell'energia, alla tua vera Madre.

Restiamo un po' in silenzio in questo stato di grazia.

Il silenzio permette di percepire lo spazio attorno a noi, una mosca che vola, il rumore della fontanella lì vicino, gli uccelli fuori, il respiro dentro, il calore umano e la comunicazione intensa di quel momento.

Poi intervengo di nuovo:

-Come senti la testa, lo stato della mente?

-Come fossi sospesa, come fossi uscita di testa diciamo, in uno stato, uno spazio ampio, una condizione di leggerezza;

prima, nel periodo di ansietà, me la sentivo invece chiusa, o sentivo come una forma di torpore ;

poi era divenuta una condizione di sonnolenza, di stato quasi sognante, ora invece è molto chiara, e leggera.

Pausa.

Lo stato di benessere comunque perdura.

Mi sento ricollegata a Dio, al respiro della vita.

-Sì, ed ora mantieniti ferma nella condizione di coscienza che hai raggiunto, così che durante la settimana puoi ritornare a questo stato facilmente, e osserva sempre la correlazione tra i tuoi stati energetici e quelli della mente che ora ti invitavo a riconoscere.

-Sì, anche la settimana scorsa l'effetto della seduta mi è durato due o tre giorni, ma poi c'è stato quell'episodio e mi sono persa questo stato; ma in genere quando ho un problema adesso riesco molto meglio a sentire come sto, e a cambiare lo stato sul momento, mentre in altri momenti non ci riesco ancora.

Mi sento comunque più fiduciosa che la cosa sia possibile, che questo metodo funzioni.

-Ecco, cerca sempre di applicare il metodo, cosa che puoi fare nel presente, e “la presenza e' potenza”, dice il proverbio.

Voglio ancora ricordare che il metodo consiste nel controllo della mente pensante, e nell'ascolto invece del piano percettivo energetico;

insomma “parla poco e ascolta assai, che giammai non sbaglierai”, come dice il proverbio.

Non lasciare mai il metodo.

Avremo modo di approfondirlo, e capire meglio nella pratica come si fa a rilassare la mente, perché è lei, con le sue forme-pensiero, che condiziona l'energia;

gradualmente dovremo sciogliere livelli più profondi e meno visibili, dei nodi più profondi, di questi piani sottili, nodi che esprimono il karma e le memorie passate.

Torniamo all'ascolto diretto dell'energia, alla “Retta via che era smarrita”.

Pausa di silenzio; l'atmosfera si fa più vibrante. Lei dice:

-Sì, e ora mi sento proprio bene, ed inoltre adesso non ho più quella densità vischiosa che mi faceva dire di non potere uscire da questo stato.

Pausa di silenzio, rimaniamo ancora un breve tempo in ascolto, poi sento che la seduta ha concluso il suo lavoro energetico, che ci lascia liberi.

Controllando per la prima volta l'orologio, vedo che sono passati circa 50 minuti, come spesso succede nelle mie sedute, quasi una abitudine, che ormai sincronizza anche gli eventi ed i ritmi.¹¹

Ci alziamo, ci salutiamo, me ne vado, e lei riprende a fare le sue cose di casa.

¹¹ Tuttavia questo non è una regola rigida, esteriore, come la proponevo nei primi tempi del mio lavoro, e lascio che il tempo prenda la forma della seduta oggi, e talvolta può cambiare, se c'è più materiale su cui lavorare; ma in genere la situazione tra me e il paziente si comporta come se fosse una spugna che fa il pieno, e quella quantità giusta si ottiene con un certo tempo specifico per quella situazione.

CONSIDERAZIONI TEORICHE

-Questo metodo è diverso da quello della psicoanalisi.

Forse si potrebbe avvicinare alla psicosintesi, comunque non è un metodo nuovo, è molto antico.

Da sempre due si sono messi a parlare sotto le stelle, o seduti vicino a un fiume, uno di fronte all'altro, uno per mano all'altro, e "convenivano" a casa del fiume, a casa del cielo, non in uno studio ; per questo inizio a raccontare la seduta dicendo che ero in questo caso andato io a casa della paziente.

Nella psicoanalisi questo sarebbe già un punto di polemica, perché vi si sostiene che si fa in un certo modo, che ci sono delle regole; che queste regole le abbiamo scoperte di recente e che sono intoccabili.

Invece qui si sostiene che non ci sono regole, c'è la Terapia, che non ci sono luoghi, esterni, solo luoghi dell'anima.

-Il metodo parte dall'ascolto dell'energia nel campo e nei chakra.

Dico nel campo per insistere sul fatto che viene generata una realtà condivisa, una terza cosa, possiamo chiamarla la relazione analitica, la relazione energetica, un campo magnetico, comunque vivo e denso, nello spazio umano creato dall'intenzione, di aiutare e di cooperare.

Questo campo terapeutico, campo fatto di materia sottile, di un corpo sottile semisolido quindi, percepibile quindi, non è così vagolante e impreciso, non è una nuvola che si sposta col vento, ma una realtà sottile sensibile fin nei minimi particolari, ad esempio quanto a localizzazione, quantità, e qualità delle energie.

-Questo metodo si può e non si può insegnare, secondo il principio "se lo sai te lo dico se non lo sai non te lo dico"¹².

Cioè non si può insegnare *ma si può apprendere*.

Infatti, per poterlo comprendere occorre essere abbastanza sottili da farlo, avere cioè sviluppato una propria capacità di sentire le energie, il loro spostamento, la loro qualità.

Se questo è possibile, si può trasmettere ed insegnare, altrimenti si parlerà della forma esterna del procedimento, del rito che ricorda l'operazione, si useranno parole per raccontare una esperienza che non si ha.

¹² Come dice padre Dante,
"intender non lo pro chi non lo prova".

Non si può insegnare, ma si può indurre.¹³ Ritengo oggi che si possa facilmente indurre il campo, fare percepire l'energia, modificarla. Ritorneremo tra breve su questo.

Ma per poterne parlare?

-Vorrei fare un esempio che chiarisca la relazione tra l'esperienza energetica in se', ed il racconto invece dell'esperienza; racconto che cerca di condurti per le vie di una esperienza rispetto alla quale rimani esteriore.

L'esempio è quello del rito della *Messa cattolica*¹⁴.

Nel rito cattolico, per entrare in quella casa particolare, in quella esperienza appunto, in quella casa interiore di cui non sai nulla, viene utilizzato un simbolo esteriore:

la Casa, con la C maiuscola, la Casa del Signore, la Chiesa, che viene allora costruita e proposta sfarzosa, importante per dimensioni, per ornamento artistico, come localizzazione geografica, come struttura architettonica, etc .

Il rito ti conduce a compiere delle operazioni esteriori, col corpo, e ripeterle ciclicamente, finché riesci a penetrare nel significato interiore di quei gesti.

Intanto ci sono delle condizioni a monte, delle premesse:

Per entrare devi ripulirti, ossia devi togliere la parte più sporca e grossolana a livello fisico, per indicare l'operazione sul piano sottile, cioè sul piano della tua coscienza; quindi devi lavarti la domenica (abluzione, lavacro, purificazione), vestirti bene, colla camicia bianca (bianca veste, che testimonia la avvenuta purificazione), toglierti il cappello in forma di rispetto, di atto di omaggio, sottomissione, umiltà, umiliazione, cioè abbassamento, disinvestimento, disidentificazione dall'ego orgoglioso ed impediente la relazione col Sè.

Lo stesso significato ha la confessione, lavacro dai peccati, cioè l'ammissione cosciente che devi modificare il tuo comportamento esterno ed interno per potere accedere alla comunione.

Lo stesso significato assolutizzato in sacramento ha il battesimo.

Poi , tanto per incominciare, devi compiere delle azioni, dei gesti, devi attraversare delle condizioni. Il rito cerca di insegnarti i passaggi, date certe premesse.

¹³ I primi tempi di queste mie scoperte, diciamo circa 8 anni fa, pensavo di essere il solo che percepisse queste forze, o che questo potesse accadere solo con certi pazienti.

Oggi invece penso che tutti possono ricevere questa induzione, che quasi tutti rispondono adeguatamente, chi più e chi meno (chi il 100, chi il 70 e chi il 30, dice la parabola del seminatore), secondo il terreno.

Con mio grande stupore ogni giorno, nella mia pratica clinica, verifico che riesco a condividere , mettere in evidenza, spiegare e fare sperimentare ai pazienti tutti queste cose, con molta semplicità e quasi sempre in modo abbastanza completo.

Ho purtroppo invece il timore di riuscire solo in modo parziale a trasmettere queste esperienze e riflessioni a quei pochi colleghi che avranno la apertura mentale e la buona volontà di ascoltarmi. Ma credo sia importante e tempo di provare lo stesso.

¹⁴ Vedi " Il Simbolismo della trasformazione nella Messa", Opere complete di Jung, vol. 11, 1942-1954.

Primo, per entrare in quella casa devi alzare il tuo livello di energia (devi salire i gradini della chiesa); questo elevarsi, sollevarsi, sollevare , meglio, la propria energia, esprime anche il salire dell'energia nella scala dei *chakra*, nella colonna vertebrale astrale.

Secondo, dovrai entrare per quella certa porta, che si trova tra due colonne (cioè dovrai porti in quella condizione di coscienza che si trova tra i due opposti, cioè nella coscienza non duale); questa porta si trova sotto un architrave su cui sono spesso scolpite delle foglie di acanto o di alloro, quindi si sta dicendo che dovrai entrare nell'albero della vita (cioè che devi entrare nel canale centrale della colonna vertebrale astrale, in Shushumna).

Terzo poi devi-puoi attingere all'acqua benedetta, l'acqua permanens, l'aqua vitae, (cioè toccare, percepire l'energia)(ed anche energia pulita appunto, ritorna il tema del lavarsi

e con questa collegare i *chakra* (con il segno della croce) a partire dalla fronte (sesto *chakra*, occhio spirituale) a scendere;troviamo quindi l'indicazione precisa di lavare con acqua-energia pulita l'albero dei *chakra*. Dal sesto *chakra* si procede a collegare il *chakra* del cuore , (vedi dopo)

Il segno della croce per la chiesa occidentale prosegue indicando un certo modo di collegare il piano orizzontale, (nella chiesa ortodossa la direzione è inversa), quindi devi collegare gli opposti . Qui il tema , come anche nel collegare cielo e terra, è quello della croce degli opposti, un matrimonio, una unio mistica, un mysterium coniunctionis.

Seguono poi altre operazioni, sempre importanti per descrivere il processo, quali L'offertorio :

tu sei quel vaso, dentro cui lo spirito scende nell'offertorio; non solo l'officiante fa questa operazione, per tutti, uno per noi tutti, ma in tutti noi deve avvenire l'esperienza di ricezione, nel cuore deve scendere , deve parlare lo spirito, nel calice dei nostri cuori (in alto i vostri cuori).

Lo scampanello,

così che tutti possono ascoltare i suoni dei *chakra* (campanelli), e possono ricollegarsi così con il tutto .

La comunione, la non separazione, il risanamento della separazione antica e fondamentale, dell'ego dal Se', dal Tutto, da Dio.

Nelle messe di guarigione il corpo di Cristo entra in noi e ci salva, ci redime, ci cambia, ci armonizza, ci ricarica, ci nutre, come la vite i tralci.

Allo stesso modo nelle messe per i morti si aiuta il morto (ma anche noi legati a lui da affetti) a passare per quella porta, l'occhio spirituale, attraverso un rito, il rito che dice come si fa a passare una porta, questa volta tra la vita e la morte, la porta che permette di collegarci con l'altro mondo, di accompagnare, aiutare, pregare, condividere.

La porta , anche in una terapia, è energia nell'energia, è invisibile, reale, e aperta.¹⁵

¹⁵ Chiede il discepolo al Maestro:

Il discorso potrebbe allungarsi ma qui viene esposto in breve a scopo di esemplificazione.

-L'ascolto e l'azione sono la stessa ed una unica cosa.

Diversamente dal procedimento di intervento medico, di diagnosi, prognosi e terapia, metodo mentale, duale, con un prima e un dopo (se non hai fatto la giusta diagnosi non potrai somministrare la giusta terapia),

in questo metodo si procede in maniera non duale, l'io e il tu non sono separati ma un unico corpo sottile.

Il tempo, il momento, della diagnosi non differisce nemmeno di un secondo dalla terapia.

La sede della diagnosi è quell'unico corpo sottile che si è generato, quindi il terapeuta sente nei suoi *chakra* le qualità e le alterazioni che la terapia sta compiendo.

Il vedere il dolore, il sentire il blocco energetico ed il suo sciogliersi coincidono, come luce che entra in uno spazio e buio che al contempo svanisce ; non sono due fasi successive, separate nel tempo o nello spazio.

E quel che è dentro è anche fuori da sé stessi, poiché se c'è luce non c'è buio; se c'è luce in una lampada, in un fuoco, c'è luce anche attorno ad esso, non come procedimento separato, ma emanato dalla sua stessa natura.

- Così sperimentiamo continuamente durante il processo terapeutico la presenza della Terapia.

Sperimentiamo che la terapia diagnostica, la terapia cura, la terapia scende dall'altro, o sale dal basso, la terapia è amore e intelligenza, la terapia è sovrana, ad essa il terapeuta è votato.

E qui ci si collega alla religiosità del terapeuta, religiosità che di nuovo non si può inventare, ce la devi avere in dotazione, tra le carte che la vita ti ha dato da giocare in questa vita, e come ardente desiderio di unione, di conoscenza, di ritorno.

Il terapeuta la può percepire come Divina Madre, o come Sapienza antica tradizionale, come Angelo Custode, o come gli essere celesti che aiutano, ad esempio, nel Reiki, o ancora come conoscenza karmicamente a lui trasmessa, che si trova quindi già a possedere (quante cose ognuno di noi sa già, e non le ha mai apprese!).

Ma sempre dall'inconscio viene, dal non conosciuto;

non dal non ancora conosciuto, ma dal non conoscibile, dall'incomprensibile strutturalmente; non dal non sufficientemente compreso, ma dall'incomparabile, incommensurabile, non rinchiudibile, non esauribile, dall'oltre dove arrivi tu, dal fondo del fondo, dall'Essere, da Dio.

-Maestro, dov'è l'ingresso della Via?

-Lo senti il ruscello che scorre qui vicino?

-Sì, lo sento.

-Ecco, lì è l'ingresso della Via.

-Il processo terapeutico non consiste in una singola seduta: vediamo che esso si sviluppa, cresce, si approfondisce, mette radici, e una prima analogia potrebbe essere quella evangelica della parabola del seminatore, che spande il suo seme (anche seme sperma spirituale), e raccoglierà secondo il terreno, talvolta molto, talvolta poco. Inoltre raccoglierà anche secondo l'alimentazione riposta nella ritualità ciclica delle sedute;

una altra analogia quindi è quella del giardiniere, come annaffiassimo una pianta, la curassimo ciclicamente;

una altra analogia è quella dell'ostetrica, come facessimo nascere un bimbo con spinte, un processo di nuovo ciclico, una somministrazione di aiuto a una forza vitale che già da sola però esiste, un fluido vitale, benefico:

una altra analogia ancora è quella di una madre che allatta, sostiene, accompagna. Quindi il Terapista si propone anche come un accompagnatore, come un Virgilio, come un amico che sostiene con amore materno, ma anche che guida con saggezza e conoscenza paterna, comunque con qualità che vanno oltre il suo limite umano, con qualità trascendenti.

-Ritengo necessario introdurre in questo scritto delle **note** ancora più specificamente **biografiche e personali**, come se questo scritto non lo fosse già a sufficienza¹⁶.

Ed infatti io credo che questo modo di vedere le cose personale non sia, discendendo quello che qui trascrivo da esperienza che molti altri hanno nel passato fatto, e forse tutti potrebbero fare.

-Tornando a come le energie si percepiscono, la cosa più importante è **l'osservazione di queste misteriose trasformazioni**.

Allo studio di queste misteriose trasformazioni si applicava nel medioevo la **alchimia**, se per alchimia dobbiamo intendere la scienza della terra originaria, nera, e del suo misterioso trasformarsi a vari livelli. Il lavoro di Jung non sarà mai abbastanza apprezzato per averci aiutato a capire che si poteva capire.

Il **linguaggio allusivo, simbolico, esoterico** che l'alchimia impiega per parlarci della trasformazione dipende dalla natura del processo e dai tempi in cui si trasmetteva con quelle modalità. La divina Commedia è probabilmente il testo di

¹⁶ La mia formazione è medica, con specializzazione in psichiatria (alla Cattolica, Roma). Ho preso il diploma di psicoanalista junghiano (psicologo analista) presso il Cipa, Roma, dopo dieci anni di formazione, nel '89. Lavoro in una Asl (Terni), e come libero professionista.

Ho studiato varie forme di terapia energetica, come il Reiki (3° livello), il Pranic Healing (3° livello) e di medicina energetica senza esercitarla (agopuntura, omeopatia, ayurveda).

Sono astrologo da molti anni, e negli ultimi 10 ho studiato il sistema vedico, che ritengo la astrologia del futuro oltre che del passato.

Pratico da molti anni la meditazione (Kryia Yoga, insegnato da Paramahansa Yogananda).

Mi interesso di informatica. Brevi esperienze (pochi anni) con le arti marziali (judo, karatè, Kung Fu), e di Hatha Yoga. Interessi per l'esoterismo da molti anni.

Ho vissuto in diversi paesi sin da piccolo e viaggiato molto. Sono stato sposato e mi sono separato dopo 10 anni di matrimonio, ho due figli di 12 e 9 anni

alchimia forse tra i più articolati e comprensibili nel suo senso anagogico o misterioso.

Tuttavia il processo porta in grembo un mistero che è eterno: ma la sua comprensione è rimasta misteriosa non tanto perché espresso in linguaggio criptato medioevale, ma più semplicemente perché incomprensibile all'intelletto.

- Per questa ragione, perché è così difficile trasmettere, fare capire come si fa, con quali passaggi, vorrei chiarire con un ulteriore esempio; utilizziamo allora ancora una volta i simboli, il loro linguaggio allusivo, simbolico, indiretto, e che tuttavia ci parla di quello che va oltre le sue gentili forme.¹⁷

Per esemplificare riconsideriamo la favola di Biancaneve, e dei sette nani-chakra. Cerchiamo di andare oltre il piano immaginale per attingere al senso delle immagini, a quello che le immagini ci vogliono raccontare.¹⁸

Nella favola di Biancaneve, da tutti conosciuta, vediamo chiaramente come la saggezza popolare indichi in **tre livelli le prove** che il Male, la Strega, l'Avversario (l'Ego) propone a colui (Biancaneve, anima mundi, o all'anima individuale) che vuole completare il processo di purificazione dell'energia.

I **Nani-chakras** infatti **lavorano comunque** ogni giorno anche quando non c'è nessuno nella loro casetta; ma ora che Biancaneve è giunta da loro, essa potrà avere aiuto e dare loro aiuto. Essi chiedono ed indicano chiaramente quello che dovrà fare la principessa in quella casina nel bosco, (cioè in quella casa fuori dal mondo, o dell'altro mondo):

“rimani con noi, dicono i nani, così pulirai la nostra casa e ci preparerai da mangiare”.

In altre parole, essa dovrà **pulire, purificare**, da una parte, e dall'altra dovrà “**alimentare**” ciascuno dei nani, delle loro “posizioni”(lei mangiò in ogni piattino, bevve in ogni bicchierino, ..e dormì in ogni lettino).

La strega scopre dove si trova Biancaneve guardando nello **specchio magico, fatato**. Lo specchio viene chiamato “specchio delle mie brame”, per intendere che uno lì vede le proprie proiezioni mentali, gli attaccamenti e le repulsioni che condizionano la visione chiara, (le vritti che increspano la materia); nello specchio noi cioè vediamo quello che vogliamo vedere, i nostri desideri. Ma a questo specchio è magico, cioè è dotato di poteri, quali la televisione, è il terzo occhio, la sede dell'invidia che è il peccato capitale della strega¹⁹E lei, la più brutta, chiede chi sia, la più bella, chiede dove sia, vuole vedere “la più bella del reame”, per questo vede Biancaneve nello specchio;(nel mezzo, mmi ritrovai dice Dante).E la vede in quello spazio, nella casa dei sette nani, un luogo che non è di questo mondo.

¹⁷ Il saggio indica, non spiega.

¹⁸ Quando il saggio indica la luna, lo sciocco vede soltanto il dito

¹⁹ Quando Biancaneve compì 7 anni, la strega invidiosa.... Si tratta del rapporto tra settimo e sesto *chakra* quindi.

Li' quindi si "teletrasporta" subito, perché la prova rappresenta l'interazione, la purificazione, la trasformazione dal buio alla luce.

Così la fanciulla viene sottoposta a:

-la prova fisica (il corsetto troppo stretto attorno alla vita di Biancaneve, per cui cade a terra come morta, ma non morta); e qui quando i nani ritornano la sera , la salvano e tutto torna come prima.

-quella psichica (un pettine avvelenato tra i capelli) , e anche qui cade come morta e idem come sopra.

-la prova vera, quella che fa veramente morire o poi terminare il suo soggiorno e le sue prove su questo piano energetico, è quella del superamento della prova fondamentale, la mela avvelenata. Dopo questa prova infatti il Principe sul suo bianco cavallo porterà Biancaneve via dalla casetta, e la porterà "nel castello di suo padre".

La mela, chiaramente allusiva a quella biblica della Genesi, è fatta di due metà, una buona(quella che la strega morderà per prima per ingannare Biancaneve), e quella cattiva, (che avvelenerà la fanciulla); la cattiva si alimenterà cioè della parte buona, e la buona si alimenterà con quella avvelenata.

Come ben si comprende si tratta di superare la prova dell'albero della conoscenza del bene e del male, di morire all'altra parte, di superare la divisione cioè il dualismo, si tratta di rientrare nell'Eden²⁰.

Il frutto di questo albero infatti è stato responsabile dell'uscita dal paradiso terrestre, e per rientrare bisogna quindi rifare la stessa strada. Come ci siamo persi così quindi ci ritroveremo, vedi Dante. Fino ad allora saremo in stato di diaspora, come ebrei erranti, in questo pellegrinaggio dell'anima a Dio, raminghi su questa terra di manifestazione...

- Noi abbiamo una psicologia nata da pochi secoli, una psicoanalisi nata con Freud (1956, 19..) e con Jung, cento e poco più anni fa. E' una **psicologia neonata**.

Il Buddhismo, con la sua conoscenza della mente a livelli impensabili per la psicologia, data di secoli. Noi, con la nostra bella superbia vestita di ragione, ci **affacciamo oggi ad una psicologia del futuro**.

Questa è già del presente, noi tutti sentiamo questo cambiamento, e sentiamo che deve avere caratteristiche non più mentali, ma spirituali.

Non potrà più essere aperta allo spiritualismo in senso generico, perché non sarà sufficiente; né tanto meno potrà essere confessionale, perché i riti non sono più collegati con l'operazione fondamentale, con l'Opera; ma dovrà essere psicosintetica e spirituale nella sua essenza teorica e pratica, nel suo impianto

²⁰ Si vede bene come **nella Genesi l'albero della vita**, piantato al centro del Paradiso Terrestre, (e meta del percorso nei primi due regni da parte del pellegrino Dante), **sia lo stesso albero della divisione o degli opposti**, solo che l'albero unico è ora spaccato al centro.

In altre parole, l'unità con il Sé, originaria (fusi e confusi) che abbiamo dovuto perdere per individuarci e ritrovarci (mi ritrovai per una selva oscura) è la stessa che, da risvegliati (fusi ma non confusi), avremo alla fine dell'Opera di risveglio, di autorealizzazione, di Redenzione, di Salvazione o come altro la si voglia chiamare.

concettuale, nella sua visione dell'uomo e della mente, ma anche nella sua applicazione pratica e clinica; dovrà essere parte del progetto evolutivo globale del nostro pianeta.

Già con la psicosomatica abbiamo ben compreso che la psicologia può e deve intervenire nelle patologie fisiche, essendo ogni male psicofisico per natura; è la prima prova di cui parla la favola.

Ma il suo ambito specifico sarà sempre quello di lavorare sul piano della seconda prova di Biancaneve, il pettine avvelenato nei capelli, cioè a superare depressione, psicosi, disorientamento nella mente.

In queste prove la favola ci dice che non si tratta di cose gravi, sembra morte ma non è; la morte fisica o la malattia psichica non sarebbero per la favola gran cosa, forse nell'ottica dell'evoluzione dell'anima nel corso delle reincarnazioni, per cui sempre di crescita si tratta. La cosa grave veramente è non uscire dal confine della morte, dall'incantesimo, dalla mente, quello veramente mantiene nella morte, e solo morendo davvero a questo piano si nasce su quell'altro.

Tuttavia la psicologia del futuro sempre di più credo dovrà aiutare anche sul terzo piano, quello in cui la favola ci dice che Biancaneve per questa prova muore davvero. Solo la terza prova, quella del superamento del dualismo sarà quella dove il cammino riesce, dove si ritorna a "veder le stelle" (i *chakra*, le stelle di dentro), ed a superarle.

Quindi noi, come psicologi del domani in un mondo ancora di ieri dobbiamo avere il coraggio di mettere i confini, le distinzioni, tra la psicologia già superata come impianto e la nuova scienza affine e integrata alla sapienza antica e eterna, dobbiamo non abbassare le conoscenze orientali, le figure dei maestri, al livello della nostra comprensione limitata dell'energia e dell'uomo, rendendo i monti simili alle valli, ma piuttosto dobbiamo avere il coraggio di fare salire le nostre valli a livello degli alti monti.

Per queste considerazioni, solo accennate, ritengo non sia superfluo che io associ questi due piani, il rispetto per i livelli alti di coscienza che alcuni essere hanno manifestato per noi, e l'evoluzione della scienza psicologica in occidente, perchè sono collegati.

Sono infatti proprio i Maestri che ormai ritengono più possibile introdurre di più la spiritualità nella psicologia.

Ed allora la psicosintesi, la psicologia transpersonale, la psiconeurolinguistica umanistica, le psicologie interessate alle energie del corpo e della mente, a partire da Reich alla bio psicoenergetica al Reiki ed al pranic Healing fino alle arti marziali ritrovate e diffuse a livello ormai mondiale, rappresentano un evento nuovo nel mondo, una globalizzazione della conoscenza, in cui la vecchia psicologia non ha più spazio, deve tirare giù le vele e tirare i remi in barca; se ne dovrà andare.(come

disse Gandhi agli inglesi quando l'India ritrovò la sua indipendenza), perché "the times they are àchanging"...²¹

Un tempo nuovo, che deriva direttamente dal ciclo nuovo che si è attivato nell'ultimo secolo, e che alcuni erroneamente chiamano era dell'acquario, o New Age.

-New Age, o forse dovremmo meglio dire Epoca del Bronzo ascendente; che vuol dire?

A questo proposito dovremmo riprendere in breve alcune considerazioni che ci provengono dalla saggezza delle scritture antiche dell'India, i Veda, riproposti da un Maestro del secolo scorso, Sri Juktswar, nel suo libro La Sacra Scienza.

Secondo la tradizione, esisterebbero 4 grandi epoche storiche che ciclicamente si rincorrono nella vita del pianeta Terra, l'Età dell'Oro, dell'Argento, del Bronzo e del Ferro.²²

²¹ I tempi stanno cambiando, da una celebre canzone di Bob Dylan di ormai molti anni fa.

²² L'andamento ciclico di queste ere sarebbe dovuto a un fenomeno astronomico, che anche gli astrofisici ormai ammettono, ossia la rivoluzione della stella sole intorno a una stella nana nera (invisibile), ciclo che si compie in 24.000 anni.

In ciascun periodo di questo ciclo, che dura 4400, 3300, 2200, e 1100 anni ciascuno, (in fase discendente, ed altrettanti in fase ascendente), (vedi diagramma allegato), la terra riceve dal centro della galassia - al quale risulta quando più e quando meno esposta - una quantità progressivamente ridotta di energia cosmica, di energie complesse, di vita diciamo dal cuore del nostro sistema solare.

Questa sarebbe la causa per cui l'evoluzione media delle coscienze, sul pianeta terra, varia nel tempo secondo le epoche storiche.

Nell'**epoca dell'oro**, la più alta, riceviamo il massimo di questa irradiazione energetica; gli esseri umani hanno una coscienza in grado di comprendere il collegamento di tutte le cose tra di loro, sono più longevi, saggi etc, la comunicazione avviene a livello telepatico, gli esseri sono tutti dotati di poteri mentali e materiali che sanno saggiamente amministrare.

Nel **periodo dell'argento** gli uomini sono in grado di dominare il fattore tempo, (e da questa epoca discendente ci proviene l'astrologia, scienza in grado di vedere oltre il tempo).

Nell'**epoca del bronzo (o dell'energia)** si giunge ad essere in grado di dominare il fattore spazio; (alla fine del periodo del bronzo attuale potremo quindi forse svolgere viaggi interplanetari).

Nell'**epoca del ferro**, la più oscura, solo un quarto del potenziale iniziale giunge sulla terra, e gli uomini non si ricordano più della loro origine divina, la loro coscienza è piuttosto disconnessa dal centro, non sanno più a vedere oltre il piano materiale; questa epoca barbarica sarebbe iniziata da noi, nell'ultimo ciclo discendente, nel 600 a.c. circa; il nadir, dove ricomincia la fase del ferro ascendente, cadrebbe nell'epoca della caduta dell'impero romano (492 d.c.); questa epoca sarebbe terminata così nel 1700.

Ogni epoca avrebbe un **periodo cuscinetto** tra una e l'altra per l'instaurarsi del nuovo regime energetico, anch'esso proporzionale alla durata del periodo; per l'epoca dell'oro essa sarebbe di 400 anni, prima e dopo il suo inizio, 300 per l'epoca dell'argento, 200 per quella del bronzo e 100 per quella del ferro.

Così noi ora saremmo arrivati, nell'anno 1900, alla fine dell'epoca cuscinetto del periodo del ferro ascendente, e saremmo entrati in quella del bronzo ascendente, l'Epoca dell'Energia.

-Noi siamo stati già molte volte su questo pianeta. Numerosi sono stati i tentativi poi terminati e ripresi, come ce lo testimoniano molte fonti anche scientifiche moderne²³.

Gli insegnamenti tradizionali dei Maestri ci dicono che questa manifestazione è come il sogno del Dio creatore, di Brahman, sogno che genera in un giorno di Brahman, (fatto appunto di un ciclo della stella sole di 24.000 anni) il mondo. In questo sogno il mondo viene a manifestarsi, per venire poi riassorbito nella coscienza divina, per ritornare a ritornare poi ad nuovo ciclo, che sorgerà quando Dio si addormenterà di nuovo.

Così abbiamo spiegato per sommi tratti quanto dicevamo prima, cioè che la psicologia moderna si inoltra in un terreno radicalmente differente, e che noi dobbiamo aprirci a questa nuova concezione più efficace e vera del mondo dell'anima.

-la Psicosintesi , a partire dal suo fondatore Massimo Assaggioli, è stata sinora considerata una corrente della psicoanalisi quasi meno scientifica, quasi un po' deviante rispetto a quella junghiana e ancor più rispetto a quella freudiana. E questo probabilmente perché, secondo un punto di vista materialista, va a giustificare fuori dell'umano, nel Sé, in Dio in definitiva, quello che non riuscirebbe a giustificare e spiegare sul piano umano, troppo umano.

Dal punto di vista ateistico, questa prospettiva religiosa verrebbe tirata fuori solo per consolarsi, per risolvere tensioni che sono inerenti al vivere ed al morire, per esorcizzare i mostri che devono invece essere affrontati sul piano psicologico e sociale, politico ed organizzativo. Per questa prospettiva la religione sarebbe un rifugio dei deboli.

La psicologia nel passato, più e meno deliberatamente, ha svolto anche una funzione di razionalizzazione di questa visione; una visione mentale e materiale della esperienza umana, capace di immaginare un uomo fatto in provetta, che si fa da solo. Questa visione certo non lega l'uomo all'universo misterioso di Dio.

Così in modi diversi su questi presupposti sono fondate diverse correnti della psicologia moderna (freudiana, junghiana, adleriana, reichiana, adleriana, lacaniana etc).

Anche la psicosintesi è una forma di psicoanalisi che tiene conto dell'inconscio personale e collettivo, che analizza il transfert ed i sogni, che ha presente i piani dei meccanismi di difesa, della strutturazione del narcisismo primario, del significato della lingua e del linguaggio.

E sembra coerente con questa visione il fatto che nell'ultimo secolo abbiamo visto due guerre mondiali, la scoperta delle nuove energie, (atomica, elettrica, magnetica a vari livelli, ed anche di energie psichiche, di cui tratta tutto questo scritto).

Anche sul piano delle arti della guarigione, ed in quello della psicologia, saremmo quindi in un periodo frangiacque, dove una nuova concezione, energetica e spirituale, cresce e si afferma.

²³ Il carbonio radioattivo di un geodite contenente un manufatto umano indicava un'età di 500 mila anni fa.

Solo che ricolloca questo psichismo nell'ambito in cui lo aveva ricollocato la saggezza orientale da sempre: come specchio del Sé. E questo grazie all'aiuto del processo di psico-sintesi, felice denominazione, di ricollegamento, ritorno, unione non solo tra la coscienza e l'inconscio, ma anche tra la coscienza ed il superconscio. La psiche è infatti come un riflesso nella materia nostra, della vita che ci anima, dello Spirito Universale; un riflesso che si sperimenta, si osserva proprio in quel “ **mezzo** del cammin di nostra vita”, come direbbe il Poeta. Quel “mezzo”, che è impuro e che deve essere trattato-lavorato alchemicamente, secondo l'Arte; mezzo che ci caratterizza, dalla nascita, secondo il nostro karma, e che lasciamo al momento della nostra dipartita ad un punto più avanzato e completo, se abbiamo capito il senso di questa incarnazione.

Della concezione di Assagioli tutti conoscono il diagramma dell'uovo; il contatto tra il se' personale e il Sé superiore altro non è che l'apertura del canale centrale dei *chakra*, un modo un po' mascherato di veicolare l'antica conoscenza della via, del cammin di nostra vita.

La psicossintesi quindi non rompe con la tradizione di insegnamenti sulla mente antica, dandogli un linguaggio nuovo ed apportando altri originali contributi, non colloca la psicologia in un altro ambito rispetto alla spiritualità. Mantiene il significato profondo della avita umana rispetto al cosmo.

Insomma la psicossintesi è una psicoanalisi che ha un senso, non una psicoanalisi per l'uomo che cerca un senso che non si trova.

Una psicoanalisi al servizio di Dio, non una psicoanalisi senza Dio o, peggio, avversa al Tutto visto come morte dell'individualità. Quella psicologia rischia di essere usata come estrema razionalizzazione contro il ritorno, estrema resistenza a non rientrare nel giardino, nel giardino Pardes²⁴, nel giardino dei fiori, nel giardino dei *chakra*.²⁵

-Ma ritorniamo al discorso centrale dell'operazione clinica. **Analizziamo meglio quale sia la funzione, antica e moderna, dello psicologo.**

La condizione che ci consente di lavorare con il **singolo paziente**, è che egli sia disposto a seguirci per una via non mentale, oltre il mentale, nella coscienza non duale, in altre parole che sia intenzionato e disposto ad uscire dall'incantesimo. E questo dipende dal, fatto che per lui **i tempi siano maturi**, che abbia maturato questa volontà; e questo di solito avviene grazie alla sofferenza. L'uomo sofferente è il candidato migliore per partire per questo viaggio di trasformazione, per capire come si fa ad uscire dalla scatola; egli infatti sta male dentro quella scatola, comincia a stargli troppo stretta, e sta cercando una soluzione per la sua felicità. Egli è pronto a fare forse non tutto, ma almeno parecchio; è pronto a partire per un viaggio di ritorno.

²⁴ In ebraico pardes significa ancor oggi giardino.

²⁵ “Non andare al giardino dei fiori, o amato, non andare
in te è il giardino dei fiori
in te è il giardino dei fiori...”
(Poesia Sufi)

Ma per partire, per liberarsi, deve fare i conti con la sua mente, che lo imprigiona in forme pensiero, deve uscire dall'incantesimo per cui ritiene vero ciò che la mente gli fa credere, deve riuscire a relativizzare la visione soggettiva.

Questa chiarificazione della coscienza, questo risveglio dal sonno, richiede un metodo, un metodo pratico, comprensibili, trasmissibile, semplice, efficace. Un metodo, una via, per **trasformare il mezzo, lo specchio magico, gli occhiali** attraverso i quali noi guardiamo il mondo.

Ecco perché penso che la psicologia e lo psicologo abbiano una funzione importante in questo procedimento, in questo cammino dell'anima.

Perché **lo psicologo può preparare il terreno**, può aiutare il paziente ad essere consapevole di come sia imprigionato nella mente, e dargli degli **strumenti** per non farsi incantare – ingannare, per aiutarlo insomma sulla via dell'autorealizzazione. Gli insegnerà allora a comprendere in che maniera utilizzare il valore discriminativo della **mente**. Questa, rivolta verso l'esterno, serve a discriminare gli oggetti tra di loro; rivolta verso l'interno, serve a discriminare il se' dal no se', il vero dal falso; essa potrebbe essere impiegata per servire il Sé, anziché per ingannare il Sé. Infatti tutto nasce nella mente, dice il Buddha. E se la mente anziché essere impiegata per separarci dalla fonte, per distinguere "a" da "b", come abitualmente avviene quando siamo nella coscienza mentale, viene usata per distinguere il Sé dal non Sé, allora la stiamo utilizzando per la liberazione, diviene nostra alleata, non ci tiranneggia più: e le sofferenze mentali verranno curate alle radici, poiché nascono dalla nostra incapacità di dominare la mente.

Infatti è la mente quella che soffre, è lei che fa soffrire. Sono le sue forme pensiero, alle quali siamo identificati, che noi non molliamo. Come fosse un cavallo non governato sul quale cavalchiamo, essa ci porterà dove vuole. Se noi non governiamo la mente, essa governerà noi. E queste forme pensiero a livello del corpo causale sono quelle che orientano l'energia nel corpo astrale, e quindi poi l'emotività, le relazioni interpersonali, il comportamento.

Potere uscire da questa identificazione quindi, anche se per breve tempo, ha l'effetto di liberare dagli stati di blocco energetico nei *chakra* e fare fluire l'energia nei corpi sottili. Il problema di fondo è "come si fa", come si fa ad aiutare il risveglio, insito nella natura umana, quale è il metodo.

Una volta capito che si tratta della Maya, che è un incantesimo, che è un film che si potrebbe anche spegnere, cominciamo ad interessarci a quello che sta a monte, della coscienza in se', incondizionata, e non più della coscienza "di", della coscienza condizionata. Cominciamo ad interessarci agli stati di coscienza, alla evoluzione della coscienza. A quel punto comprendiamo che le manifestazioni mentali non sono altro che un ornamento, un parallelo, una conseguenza, e non più una causa del nostro psichismo.

Quando cominciamo ad avere controllo sulle emozioni del corpo astrale, ma assai più sulle forme pensiero del corpo causale, cominciamo a comprendere che questo film si può cambiare. **E' questo il livello a cui comincia a potersi parlare di terapia**, altrimenti si tratta di medicazione, intervento sulle conseguenze che i limiti, il karma, dei corpi superiori comportano sui livelli dei corpi sottili più bassi. Naturalmente

ogni corpo sottile, diversamente, ha il suo karma, ma la radice prima risiede nella coscienza superiore. Così abbiamo cercato di esporre il perché la nostra mente proietti un determinato “film” anziché un altro.

-La rappresentazione a livello simbolico della condizione karmica dell'energia nei *chakra* da sempre viene veicolata, per i saggi, attraverso l'*astrologia*.

Questa scienza considerata sacra nell'antichità, nella sua forma antica e tuttora presente in India, l'astrologia *vedica*, utilizza uno zodiaco siderale, corretto rispetto alle stelle. Queste stelle, ora lo possiamo comprendere più chiaramente, non sono dei corpi celesti fuori di noi, sono invece le stelle di dentro, i *chakra*.

Quindi l'astrologia sarebbe una scienza antica e moderna, che ha un linguaggio simbolico, sofisticatissimo (occorrono trenta anni per capirlo in parte) ed eterno, per parlare della energia. La conoscenza quindi dell'oroscopo vedico *ci permette di parlare della configurazione energetica presente, e di quella raggiunta nelle vite precedenti*, cosa altrimenti impossibile se non con discorsi lunghissimi e piuttosto contorti (come questo!). Ciò è reso possibile da questo linguaggio, il simbolo, che fa da supporto all'intuizione profonda, *linguaggio comprensibile dalla mente purificata, superiore*.

Ed è proprio questo stadio evolutivo della nostra energia, del nostro “software”, che viene rappresentato ed esposto nell'oroscopo vedico; questo è ciò che si proietta nella mente. Questo si proietta intorno a noi, davanti ai nostri passi, orientando il futuro, giustificando il passato. Noi questo pensiamo, sentiamo ed abbiamo intorno: il dispiegarsi (uscire dalle pieghe letteralmente), lo sciorinarsi delle energie di cui siamo fatti.

Ma l'astrologia, a sapere leggere, non ci dice soltanto come siamo fatti a livello energetico e sottile. Ci da anche delle indicazioni spirituali sul come uscirne, sui tempi e i modi della trasformazione.

Così, in ogni *scienza* che sia tale, che riguardi cioè lo “scire”, la conoscenza (cum-gnosco), c'è una radice di unione dentro, di non dualismo²⁶. L'astrologia è una scienza, vorremmo che lo fosse anche la nostra psicologia di domani.

²⁶ Da un punto di vista del tutto diverso, le arti marziali nella loro impostazione tradizionale, non tanto nei loro sviluppi sportivi moderni, propongono allo stesso modo di lavorare sull'energia interiore, con i piani più sottili.

Il *Tai Chi* ad esempio, lo stile interno del Kung Fu, madre di tutte le arti marziali orientali, propone le stesse cose su un altro piano.

Nelle arti marziali puoi arrivare a sentire le energie tue, quelle dell'altro, ed a cambiarle, anche se in questo caso lo scopo apparente è quello del combattimento, della vittoria sull'avversario. Ma questo è un tema di fondo di saggezza in tutte le arti marziali: l'avversario sei tu, i tuoi limiti karmici, il tuo ego; vincere significa divenire padroni di sé stessi, conoscere sé stessi, ed ancora una volta non in senso intellettuale, cosa che in combattimento ti servirebbe assai poco, ma piuttosto di conoscere il tuo nucleo energetico profondo, eterno, invincibile, immutabile.

Il fine ultimo del Tai Chi e dell'arte marziale è la trasformazione della dualità in unicità

Ma anche con la malattia in fondo noi ingaggiamo una guerra, anche qui devi sapere vincerti e vincere (anche se in nome della terapia).

-Possiamo dire quindi **che il fine ultimo della terapia** è quello di aiutare, di curare; **curare il problema fondamentale, che sia in forma fisica, che psichica o spirituale rimane uno solo e sempre lo stesso: la disconnessione dal tutto, la separazione, da cui deriva sofferenza.**

Per questo cura significa yoga, cioè riconnessione, ricollegamento della corrente nei chakra, battesimo nel Giordano, nel fiume che ridà la vita.

La vita nasce ma procede con sofferenza (“e tu donna partorirai nel dolore, e tu uomo lavorerai col sudore della tua fronte”). Dentro il Pardes invece la corrente è senza sforzo.

Nel suo procedere, l’energia deve attraversare le Vritti, (vortici, impurità del mezzo, cioè i desideri, il karma), dice Patanjali, ossia la “resistenza” nel mezzo, nel Mezzo del cammino di nostra vita: da qui nasce la sofferenza.

Infatti, la sofferenza non deriva dal cambiamento, ma dalla resistenza al cambiamento.

Il fine ultimo della terapia è riportare la persona nel Pardes; scopo di ogni lavoro è ritornare verso la felicità, e la felicità è uno stato ed un flusso interno dell’energia.

-Per questo scopo possiamo avere molte strade, ma il metodo non può che essere uno solo. Lo scopo della terapia non può essere una questione, una opinione personale, o di una scuola. Lo scopo viene riconosciuto da ogni essere umano che riceve un massaggio benefico, che viene liberato da un conflitto psichico, che ritrova la terra promessa. Lo scopo, la verità, non dipende dalle scuole di pensiero, si giustifica da sola.

Quindi nella psicologia del futuro non ci dovranno essere più divisione tra scuole, o più scuole di verità, ma probabilmente ed auspicabilmente una sola verità, un solo modulo, modello, metodo, applicato a vari livelli (Fisico, psichico, spirituale) e a diversi livelli di coscienza.

Questo non significa che ci sarà un solo modo di procedere; anzi, **da questo unico metodo a monte deriveranno a valle mille applicazioni diverse,** derivano tempi diversi da paziente a paziente, applicazione differenziate per ogni singolo paziente, per cui si parlerà ad uno in italiano e a uno in inglese, a uno in forma maschile o femminile, come guerriero o come poeta, come uomo pratico o come mistico; a uno come adulto, ad altro come figlio, ad altro come compagno.²⁷

²⁷ Esempi, dalla Divina Commedia, di queste diverse applicazioni con il singolo pellegrino:

Talvolta Virgilio tratta il pellegrino **alla pari**: “Non viene nessuno in gloria, Che dorma tra coltri morbide”.

Altre volte **come madre**:

Lo duca mio di subito mi prese/Come la madre ch’al romore è desta/E vede presso a sé le fiamme accese/E prende il figlio e corre e non s’arresta/Avendo più di lui che di sé cura/Tanto che solo una camicia vesta./E giù dal collo della ripa dura/Supin si diede alla pendente roccia/Che l’una parte all’altra bolgia tura./Non corse mai sì tosto acqua per doccia/Per mover rota di molin terragno/quando viepiù presso le pale approccia/Come il Maestro mio per quel vivagno/Portandosene sé sopra il suo petto/Come suo figlio non come compagno.

Altre volte **come padre**:

“Lo più che padre mi dicea figliolo...”

-Comunque questa applicazione diversificata per la singola persona e per le diverse persone fanno appunto la capacità clinica differenziata, *l'occhio clinico* del terapeuta, la sua esperienza. Non si proporrà un lavoro energetico né forzato, né troppo precoce o prolungato o approfondito a persone il cui equilibrio faccia sospettare di non potere integrare tali movimenti interiori e siano suscettibili di squilibrio psichico ed emotivo.

Inoltre l'occhio clinico di cui si parla spesso *in realtà è un occhio spirituale*, cioè la capacità di vedere le energie, di sentirle, (abbiamo occhi e non vediamo, abbiamo orecchie e non sentiamo). Ma l'applicazione di questo metodo induce facilmente alla riscoperta ed all'impiego sempre più approfondito di questi sensi sottili, che sono presenti in tutti ed in tutti si possono in diversa misura risvegliare.

-La questione della applicazione differenziata ci riporta nell'area di discussione della psichiatria.

La psichiatria sinora è stata un ramo specialistico della **medicina**. Veniamo formati a partire da un modello teorico medico, **organicista**, sistematico, scienziato.

Queste basi di partenza, questa pre-concezione nell'impostazione, impediscono di comprendere la psichiatria, che nella sua natura riguarda la mente, la conoscenza della Natura, l'energia e i suoi fenomeni; per questo mondo, il modello medico organicista non ha rispetto ed ascolto.

A noi non sembra possibile che una scienza del corpo si occupi di qualcosa che non è corporeo in primis, anche se influenzabile attraverso il corpo, (vedi psicofarmaci).

Al contrario, in una visione più completa e veritiera dell'essere umano, dotato di vari corpi (fisico, eterico, astrale, casuale, coscienziale etc), è certamente più logico e vero pensare che tali corpi siano interconnessi ed interdipendenti²⁸.

Una psichiatria del futuro non potrà essere divisa dalla psicologia e della psicoanalisi; d'altronde, non potrà essere nemmeno unita alla medicina tradizionale organicista, scienza che divide l'essere umano dalla sua radice spirituale.

La moderna medicina è ancora, per quanto riguarda le scuole di formazione, una scienza tecnico-descrittiva che ha elevato al rango di divinità il modello organico per la vita, derivante dalla organizzazione materiale delle cellule, del dna, degli atomi. Ovviamente l'avanzamento nelle conoscenze dell'organizzazione del corpo fisico sono pregevoli risultati del nostro grande sforzo di conoscere in occidente la materia, ma l'arte e la scienza medica hanno perso contatto con la loro madre, il Tutto.

²⁸ Da queste ovvie e semplici considerazioni deriva logicamente che un intervento di cura sul corpo astrale e causale non possa prescindere dal fatto che siamo incarnati in un corpo fisico, così come non è possibile pensare di curare una malattia fisica (come un tumore) prescindendo dal fatto che alla radice di tale patologia esistano ragioni e connessioni coi corpi superiori, (con questioni emozionali e modi di pensare anche profondi ed antichi che influenzano profondamente il decorso e la genesi e il decorso della malattia).

Pur ammettendo che in questo modo di affrontare le cose la cosa principale, la vita, risulta un fenomeno inesplicabile, la nostra società occidentale insiste e persevera in questa folle distorsione del punto di vista tradizionale, che considera la vita un fenomeno che si colloca nell'area del sacro e del mistero.

Avvicinandoci invece alla psichiatria, alla sua clinica e fenomenologia, secondo l'approccio energetico, possiamo forse intravedere in che modo anche questo campo possa e debba essere riportato verso una visione unitaria con la psicoanalisi e la psicologia in generale da una parte e con la spiritualità (non la confessionalità religiosa) dall'altra.²⁹ Allora cerchiamo di vedere più da vicino le seguenti affermazioni di fondo:

-Tutta la psichiatria potrebbe essere rivisitata come una catalogazione, una rassegna, degli effetti del flusso energetico nei *chakra* a livello dei differenti corpi sottili.

-A seconda del mezzo, e cioè del grado di qualità, dell'impurità nei singoli *chakra* e del loro funzionare insieme, e delle loro variazioni in funzione del fattore tempo, avremo tutti i differenti quadri clinici che conosciamo.

-Gli attacchi di panico, le sindromi ossessive, le tossicodipendenze, le psicosi deliranti acute, le depressioni etc. si possono spiegare con le diverse condizioni nel mezzo, come le conseguenze del flusso impedito in vari modi lungo il "cammin di nostra vita"³⁰, il cammino interiore nei *chakra*, dell'energia vitale.

Analizziamo queste affermazioni più da vicino.

1. Quello che si osserva in clinica sono tradizionalmente **quadri clinici** che ricadono in due grandissime categorie, le nevrosi e le psicosi, dove per nevrosi si intende una distorsione del complesso dell'io in cui ancora sussiste un criterio di realtà, mentre nelle psicosi questo riferimento alla realtà esterna e condivisibile è saltato (allucinazione è una falsa percezione non correggibile in base al criterio di realtà).

Non esistono a tutt'oggi, perché non possono esistere con quelle premesse, **spiegazioni** psicodinamiche o sociologiche o organicistiche soddisfacenti e sufficienti per dare modo di **capire cosa succede, perché succede, e perché succede così proprio a quelle persone lì**.

Le spiegazioni più accettate seguono da sempre due correnti in parte antitetiche. Un primo filone predilige una **spiegazione endogena**, individua cioè in un fattore interno all'individuo, in una predisposizione del terreno, una "diatesi", la ragione del

²⁹ Dante ci propone di accompagnarci in un viaggio dove "vedrai le genti dolorose, che hanno perduto il ben dell'intelletto". Divina Commedia come testo di psichiatria? Anche, in uno dei suoi livelli anche questo è questo libro totale.

³⁰ Nostra Vita, come dire Dio.

male. Tale diatesi nella visione organicista dell'uomo ha una base genetica, e su questa base avremo un terreno psicologico debole, reattivo etc.³¹

Un altro filone predilige invece i **fattori esogeni**³². Una visione psicogenetica (cioè di una genesi nella prima infanzia o nella crescita dei problemi psicologici che osserviamo nell'adulto), o sociodinamica dei disturbi mentali va per la maggiore negli ambienti psicodinamici scientifici.

Una posizione di mediazione hanno le **teorie endoreattive**, che individuano una diatesi interna ma anche dei fattori scatenanti esterni.

Tutte queste spiegazioni, pur avendo in sé qualcosa di vero, non spiegano però a mio parere esaustivamente la genesi e l'evoluzione di queste malattie. Sebbene in questi modelli si possa affermare che tali fattori hanno una qualche maggiore o minore influenza, non riescono ad essere credibili nel confermare che tali fattori siano determinanti e casuali. Possiamo considerarli come concausali. **Ma allora quale è la vera causa delle malattie mentali?**

Per rispondere a questa domanda, credo si debba metodologicamente prima affrontare la questione a monte, e cioè: nella salute e nella malattia della mente, di che cosa si tratta? Cosa è questa mente?

La psichiatria medica, dicevo prima, non sembra in grado di rispondere a tale domanda, e quindi anche ad occuparsi di malattie mentali.

Essa nasce in ambiente organicista, e rimane tale a tutt'oggi, sempre più convinta.

La psichiatria evolve poi nel 2000 portandosi dietro questa tara, questa limitazione di nascita.

Oggi si rinnova cambiando abito, mettendo un abito più moderno, non trasformandosi: oggi si atteggia con panni neuropsicologici, si interna a studiare i neurotrasmettitori: ma non vola.

L'anima sì.

Dicevamo che avremmo tentato di introdurci nella psichiatria, alla sua clinica e fenomenologia, seguendo un approccio energetico. Quello che si osserva è che tra **quadri clinici di persone diciamo normali, ed i quadri di nevrosi** (disturbi di attacco di panico per fare un esempio, sintomi ossessivo compulsivi), **ed ancora i quadri di psicosi** (bouffée delirante acuta, stati maniaco depressivi) **esiste un continuum** sia nel tempo (da un quadro minore si sviluppano quadri più intensi o gravi) (e viceversa: dopo una fase delirante il paziente potrà manifestare sintomi ossessivi), sia nella

³¹ In fondo anche la visione astrologica è una visione endogena, poiché sostiene che alla nascita noi siamo già "tarati" e inclini a certe situazioni energetiche e conflittuali. In questa visione tuttavia la ragione di questa tara viene individuata nel karma accumulato nelle vite precedenti, per cui risorse e limiti di quell'essere derivano dal suo livello evolutivo raggiunto in precedenti esistenze

³² Al di là della verità su ciò che è oggetto di osservazione, si tratta probabilmente anche di atteggiamenti psicologici più estrovertiti e meno, che condizionano le credenze e teorie che abbiamo dei fatti che osserviamo.

struttura (un simile paziente aveva già una struttura ossessiva prima della crisi delirante).

Esiste un continuum a partire da un parametro fondamentale, che ci riconnette con la nostra discussione in generale in questo articolo: l'energia.

-Una visione energetica della psichiatria permette di comprendere perchè i quadri crescono e decrescono, diciamo così "si gonfiano e sgonfiano"; di capire come lavorano i farmaci sedativi e stimolanti, e ci da una chiave di lettura sul motivo dell'esistenza di questa multiformità di quadri osservabili: la ragione sta nel diverso "Mezzo" in cui il fenomeno avviene.

Inoltre questo approccio è ben compatibile con i discorsi fatti sinora sulla struttura sottile della mente e sul metodo di approccio e trattamento dei *chakra*. Spieghiamoci meglio.

In psichiatria osserviamo che i diversi quadri clinici (nevrotici, psicotici) hanno un andamento stagionale, e che più o meno frequentemente possono tramutarsi in quadri più gravi, a seconda della struttura psichica in cui si manifestano (ad esempio: quadri che iniziano con crisi di angoscia e panico e che divengono poi deliranti), così come si osserva il loro decrescere e ritrasformarsi nei quadri precedenti.

Il sistema (diciamo così:³³ energetico- affettivo) sembra comportarsi almeno in larga misura ,nella psichiatria dei grandi quadri, in maniera ciclica, e senza salti veri e propri, come abbiamo ricordato prima.³⁴

Nella ricerca neuropsicologica, le ricerche farmacologiche tentano di individuare i mediatori chimici a livello cerebrale responsabili della sintomatologia (es. depressiva o schizoide) osservabile in clinica; a me pare che tale metodo di studio sia inficiato da limitazioni metodologiche troppo gravi, per potere dare risultati accettabili e definitivi, sebbene io non neghi qui che alcuni risultati utili ne siano scaturiti dal punto di vista psicofarmacologico.

³³ Per usare una espressione del dr. Kukopulos di Roma, che mi ha aiutato a comprendere un po' la psichiatria.

³⁴ Nell'astrologia vedica abbiamo un riscontro simile, considerato che in astrologia le cause sono connatali.

Nella visione astrologica, che vede nella struttura lesa dei luminari, nelle caratteristiche del mezzo (pianeti transpersonali che ledono luminari, ascendente, mercurio etc), e nella attivazione specifica temporale (inizio di un dasha particolare, transiti di saturno su luna ascendente o stelliums o governatore dell'ascendente etc) la causa esplicativa, si riesce a comprendere piuttosto bene il "come" avvenga che una crisi si attivi e prosegua ; inoltre in questo modello possiamo avere anche una indicazione prognostica, di come e quando questa crisi maturerà.

Quindi anche secondo la astrologia le cause sono endogene, ma non misteriose, risiedono nel karma, nel corpo sottile di quella persona, non in una ereditarietà vaga e comunque non esplicativa (il karma a livello fisico certamente sta iscritto nei geni; ma il dna dell'anima dove sta iscritto?).

Lo studio su animali sembra non estrapolabile all'umano con la facilità con cui viene fatto, gli studi in doppio cieco non sono così scientifici come vogliono sembrare³⁵, e soprattutto dietro a questi studi permane come base il presupposto organicistico dell'essere umano, che toglie validità a ogni comprensione complessa dei fenomeni che osserviamo.

Sebbene nelle patologie psichiatriche si possa trovare una correlazione, (spesso da interpretare) tra quadro clinico e condizioni neurochimiche, non si dimostra per questo solo fatto il ruolo causale di tali alterazioni.

L'eventuale dimostrazione che questi mediatori in quelle regioni del cervello siano correlabili ai disturbi psichiatrici, potrebbero al massimo sostenere la tesi che questo potrebbe essere proprio il modo in cui l'energia manifesta delle alterazioni di flusso, perlomeno a livello fisico.

Insomma, credo esista una questione centrale qui, un problema di metodo in fondo. Un metodo limitato, tendenzioso (perché falsa la visione del fenomeno "vita"), o sbagliato, non potrà dare conclusioni affidabili.

Ancora sulle questioni di metodo: si considera per esempio che nella depressione (studi su animali) si modifichi l'equilibrio di determinati neuromediatori chimici in determinate aree nel cervello. Viene dato per valido che tale modifica sia la causa della depressione, per semplificare, ma non viene proposta la possibile interpretazione contraria: che nella depressione si riducano tali mediatori come conseguenza. Come intervengono i piani del corpo causale ed astrale in questo influenzamento del corpo eterico e poi fisico? Non sembra strano trovare dei dati a partire dal corpo fisico, sembra strano pensare di comprenderli in maniera lineare. La psichiatria è ancora una scienza basata su poca sapienza; con queste premesse essa non ha le carte in regola per inoltrarsi a comprendere veramente cosa sia la malattia mentale.

Senza dubbio vi è tuttavia un collegamento con questo piano fisico-chimico dove si perdono le tracce delle certezze; questo mistero, della relazione mente-corpo in fondo, da sempre l'uomo e la tradizione hanno indagato con profondo interesse³⁶. Di questo in fondo si occupava l'alchimia.

-Ma anche nel campo psicologico-psicodinamico le varie scuole di pensiero non spiegano in maniera soddisfacente le malattie mentali.

³⁵ Ad esempio, si è visto che in un gruppo di pazienti trattati con un antibiotico in doppio cieco, **il gruppo di quelli trattati con placebo sviluppava alcuni effetti collaterali del gruppo che assumeva il farmaco**; eppure, secondo il protocollo, né i pazienti né i dottori che somministravano i farmaci erano a conoscenza di quale fosse il prodotto assunto.

³⁶ Per esempio l'interesse e la sperimentazione con differenti tipi di sostanze psicoattive, in grado di modificare lo psichico normale intervenendo sull'energia e la mente. Altri modi numerosi e diversi per modificare l'energia si va dai mezzi maggiori (droghe psichedeliche, sesso, danze rituali individuali o collettive, meditazione) a quelli minori, più sottili, pervasivi, insinuanti... (tabacco, televisione, musica e danza, massaggio, ma anche il sistema di pensare normale... il gruppo, la società, etc).

Questo vale sia per la psicogenesi freudiana dei disturbi mentali, come per la teleologia junghiana, o ancora per le scuole che insistono maggiormente sull'analisi dei meccanismi di difesa, o come quella del linguaggio lacaniana, o quella adleriana delle dinamiche di potere nei rapporti.

Ad esempio, una interpretazione psicogenetica non dimostra che fatti psichici dell'infanzia o del presente possano influenzare tanto lo psichismo da dare esito in una crisi psichiatrica. Si tratta infatti di spiegazioni esplicative, non esaurientemente psicogenetiche.

Di nuovo ci troviamo di fronte a una questione di metodo.

Affermare che una situazione affettiva infantile sta alla radice del modo di funzionare psichico dell'adulto, ad esempio, potrebbe essere talvolta vero, o spesso vero; ma non dimostra che sia sempre vero, e vero in quello specifico caso.

Inoltre, anche se quella correlazione avesse un valore certo, non abbiamo ancora dimostrato che esiste una correlazione semplice di causa ed effetto anziché, ad esempio, una correlazione di altro genere: i fattori potrebbero essere correlati come conseguenza di un fattore comune a monte e non identificato, e quindi correlate secondariamente. Le correlazioni possono essere poi di causa determinante, di causa efficiente, di concausa, etc.

Jung ha scritto un testo, la sincronicità³⁷, in età matura, dove dimostra che in campo psichico opera la legge dei “nessi acausali”, una correlazione basata sul significato delle cose, che tende ad aggregare attorno al suo nucleo fenomeni di origine diversa. Così, una interpretazione psicogenetica affermerebbe che una crisi di panico è spesso, nell'esperienza, associata a relazioni di dipendenza non risolte coi genitori; ma questo non spiega perché si abbiano quei genitori, e perché quel figlio manifesti i sintomi e il fratello no.

Per fare un esempio di come si potrebbero interpretare diversamente i fatti, consideriamo un problema affettivo dal punto di vista dell'astrologia.

Secondo una visione astrologica, la struttura energetica delle stelle di dentro, i *chakra*, condiziona il tipo di ambiente in cui ci si incarna; di conseguenza, le esperienze che si faranno con quei genitori, amici, etc. saranno legati a quella struttura astrologica di nascita. Da adulto, quella persona ripeterà quelle esperienze, poniamo di frustrazione rispetto ad attese inadeguate nei rapporti affettivi. La stessa struttura che ha dato luogo a quel passato, farà ripetere nel presente tali esperienze. Questo non dimostrerà che quelle esperienze del passato siano la causa delle condizioni psichiche del presente.

Molti, ed anche in campo psichiatrico, sono scettici sugli studi psicodinamici (di diverso tipo) sui disturbi mentali, non ritenendo quelle interpretazioni esaustive.³⁸

³⁷ C.G.Jung, Collected Works, Vol. , “La sincronicità”. Boringhieri, 19...

³⁸ E questo non sempre, e non solo, per una insufficiente conoscenza ed esperienza dei metodi di cura psicodinamici.

Anche in campo psicomodinamico comunque permane il divario, l'intervallo tra le spiegazioni di tipo psicologico, e la comprensione del come e del perché l'equilibrio fisico, a livello dei mediatori neurochimici, viene ad alterarsi.

Manca a tutt'oggi ancora una teoria che colleghi i fenomeni neurochimici con le manifestazioni simboliche, con lo psichismo, con cui la psicoanalisi tanto si affanna a lavorare .

Per riassumere ho dato qui solo dei brevi e veloci cenni sulla impostazione del problema nel campo della psichiatria e delle psicoanalisi.

Gli psichiatri e gli psicoanalisti, ancora oggi non arrivano ad incontrarsi, dando ai fattori esogeni ed endogeni importanza diversa, dando al livello fisico e psichico importanza diversa; eppure certamente non mancano in molti le buone intenzioni di spiegare "cosa succede e perché" nei disturbi mentali, eppure lavorano con gli stessi pazienti.

Uno psichiatra che sia anche psicoanalista a tutt'oggi non ha a disposizione un modello teorico unificato del suo operare come medico e come psicologo; innumerevoli libri sono stati scritti sulla psichiatria psicoanalitica. Così anche gli psicologi che si laureano nelle nostre università, e che hanno una formazione di matrice diversa dai medici, fanno (per fortuna) stages psichiatrici per conoscere la parte organica dei disturbi mentali, le due metà della unica mela.

Il modello che propongo qui è quello classico, che considera l'essere umano costituito di vari corpi, ed i *chakra* stessi costituiti da diversi livelli ³⁹. Questo modello ha il pregio di unificare la sintomatologia energetica e quella psicologico-psichiatrica.

Infatti una crisi psichiatrica nelle sue varie modalità sarà ben curabile con neurolettici o altri psicofarmaci, che si comportano "come se" intervenissero a modificare il livello energetico a modularlo, a regolarlo, in questa persona, in questa materia sottile di cui è composta la sua psiche.

Un quadro di eccitamento maniacale, che in seguito può divenire eventualmente delirante; e che potrà o meno divenendo più grave ricadere sotto la tutela dei servizi deputati al trattamento delle acuzie gravi (Servizi di Igiene Mentale, possibilità di ricovero coatto); un quadro di depressione maggiore, o di schizofrenia, di socio o caratteropatìa, di nevrosi d'angoscia etc, risentono in maniera evidente e rapida dell'intervento chimico farmacologico.

Chi lavora con queste situazioni sa che esiste una chiara correlazione tra terapia e remissione della sintomatologia.

Ma il motivo per cui questo avviene rimane da spiegare.

I modelli di tipo neurochimico spiegano tutto in termini di regolazione di neuromediatori nelle diverse aree del cervello. Accettando questo modo di procedere,

³⁹ vedi libro della Brennan, mani di Luce, Longanesi(?), dove si parla dei vari livelli dei *chakras*, ed anche il suo secondo volume, Luce Emergente, stessa Casa Editrice.

Vedi anche , sui *chakras*, la bibliografia a fine articolo

potremmo dire che i neuromediatrici sono l'anello mancante delle spiegazioni che separatamente dal campo medico e da quello psicologico-spirituale si affiancano senza incontrarsi: la regolazione neurochimica costituisce la spiegazione della regolazione del flusso energetico a livello del corpo fisico-eterico-astrale⁴⁰.

Da un punto di vista fenomenologico, questo intervento sembra consentire al "mezzo" di riprendere il funzionamento energetico di fondo precedente. I vari antidepressivi in commercio oggi, funzionano "come se" fossero dei sedativi dell'energia di fondo, questa volta nel senso che canalizzano più armoniosamente l'energia di fondo in quel mezzo, quasi regolassero il flusso di nuovo ad un livello adeguato, e consentissero il ripristino di uno psichismo ed un funzionamento compatibili colla vita lavorativa e affettiva, con un funzionamento mentale normalizzato⁴¹. I neurolettici si comportano come abbassassero il livello del flusso al livello di compatibilità del sistema.

Tutto questo irreggimenta ed incanala l'energia in maniera che il funzionamento sia di nuovo omeostatico, autoregolativo.

Ossia in maniera che funzioni secondo un regime costante, o almeno contenuto entro limiti accettabili per quel mezzo; prova ne sia che il suo sistema di controllo e gestione, sistema non esistente in senso strutturale ma funzionale, l'Ego, non va in allarme in condizioni "normali".

Invece, quando per motivi naturali o artificiali il sistema entra in condizioni di sovraccarico, non riesce a smaltire l'afflusso in tempi e modi opportuni, succede che la persona sta male diciamo, entra in condizione di malattia mentale; la mente sta male e fa stare male.

Una visione energetica dei fenomeni psichiatrici ha il pregio di essere utile; essa considera l'intervento come regolatore del mezzo, la quale cosa consente al mezzo, trattato precocemente, senza molta difficoltà di ripristinare le funzioni che svolgeva prima della crisi. Tutto si svolge "come se" le cose andassero così.⁴²

Ma "se non si sa gestire il fuoco", (direbbero gli alchimisti), "poi si deve buttar e il vaso ed il suo contenuto", cioè si entra nella cronicità, nelle esperienze da cui non

⁴⁰ Esiste un nuovo orientamento nella neurologia, chiamato Neuroteologia, che esprime in questa scienza lo stesso anelito che cerco di esporre in questo scritto: trovare l'espressione più sottile di quella disciplina. La Neuroteologia sarebbe la neurologia energetica, spirituale, la neurologia che tratta delle energie e non dei sistemi materiali soltanto che consentono a quelle energie di circolare e divenire coscienza.

⁴¹ Anche se, ad essere precisi, si rileva clinicamente un sottile distacco della persona dal suo nucleo più vero ed essenziale; come se le persone stanno meglio, ma al prezzo di questa impercettibile alienazione da se' stessi, che io posso chiaramente percepire nel rapporto clinico.

⁴² Analogia: ana logos, discorso simile, "come quello", indicativo. Chiaramente per parlare di ciò di cui non si può parlare, bisogna utilizzare l'artificio dell'analogia, della poesia, della metafora.

Vecchio problema: "Il Tao di cui si può parlare non è il vero Tao".

Questo modello interpretativo non sappiamo se sia vero, ma possiamo affermare che spiega adeguatamente i fenomeni e consente di prevedere gli sviluppi più fedelmente che il modello organicistico della psichiatria del 1900

si torna indietro, e quindi poi nella gestione assistenziale, sociale o psicologica di supporto etc.

Ecco perché è **importante sapere distinguere tra i casi clinici** ; alcuni saranno suscettibili di un intervento più diretto sull'energia, di seguire la retta via che era smarrita; altri dovranno fare un percorso più lungo, e per loro il fuoco diretto sarà quando più e quando meno mescolato con l'acqua della psicologia, acqua in cui comunque bisognerà calare il fuoco per scaldare una struttura viva fatta essenzialmente di acqua...

Ad ogni modo, anche il paziente più preparato per una trasmissione "diretta" dovrà avere una seppur contenuta veicolazione psicologica; ed anche il paziente più lontano dal capire in modo diretto di che si tratti, e quindi dovrà fare la via lunga, dovrà avere una parte di trasmissione diretta, di via breve.

-Ma per tornare alla questione del rilassamento e del come si fa, riprendiamo il discorso dalla seduta, che per un po' abbiamo abbandonato.

Nella seduta io utilizzo il metodo di fare applicare le mani del paziente sui propri *chakra* perché si possano rendere conto della loro esistenza e localizzazione, della quantità e qualità di energie diverse che percepiscono, del flusso.

Inoltre in questo modo essi si rendono conto della possibilità di usare le mani come strumento per trattare sé stessi, per una "autoterapia", (nel Reiki si direbbe di autotrattamento), e di pranoterapia in generale.

Inoltre con questo metodo essi si rendono conto della sincronia dei loro centri sottili con lo stato dei miei *chakra*, cioè della realtà della comunione, della "comune unione" tra noi, e quindi della unicità del campo, della non dualità.

Si potrebbe altrettanto bene o forse meglio fare senza l'uso delle mani; da che mondo è mondo i trattamenti si sono avvalsi dei modi più diversi, (bere acqua magnetizzata, sognare,...).

Sono convinto, si fa per dire, che si potrebbe parlare della Coca Cola e funzionerebbe lo stesso, se...

Se Dio vuole.

Comunque, non temete, non parlo della Coca Cola.

Io parlo poco e ascolto assai.

Mi considero uno strumento in mano alla Terapia, alla quale presto tutte le mie modeste possibilità di amore e conoscenza, ma sono consapevole che è Lei che cura, è Lei che sta scrivendo, è Lei che ad un certo punto farà andare me e il paziente per strade divergenti.

Così io utilizzo questo metodo e mi pare funzioni rapidamente ed efficacemente.

Trovo che esso sia abbastanza utile didatticamente, teatralmente, a fare rendere conto, a dimostrare, a sostenere i discorsi che ci faccio sopra, in mezzo, sotto.

-Riassumendo: l'importante per me è:

1. Raggiungere lo scopo di Curare (fare tornare la persona a uno stato di benessere, di pace, di gioia, di serenità, attivo, calmo), senza far male (*primum non nocere*; e questo metodo non può nuocere (vedi nota sotto però); e in medicina quello che funziona è giusto.

Curare significa prendersi cura, ottenere quindi ***che il paziente si prenda cura di sé.***

2. Di dargli gli strumenti per farlo da solo appena possibile:

insegnargli ad attivare i *chakra* delle mani, a divenire consapevole della attivazione energetica, di usare le mani come rice-trasmittenti per i propri *chakra* principali; questo prevede la ripetizione, per un certo numero di volte, del metodo di attivazione in maniera da mantenere attiva la corrente durante la seduta.

Nella mia esperienza sono sufficienti pochi incontri perchè una persona (che sia almeno un pochino già in grado di comprendere il linguaggio dell'energia) possa sperimentare da sola anche a casa gli stati di attivazione nelle diverse sedi.

3. Fornire degli strumenti teorici, ripresi dalla tradizione e dal mondo moderno, uno sfondo su cui collocare le esperienze cliniche che si fanno e si ripetono nell'osservazione clinica.

Questa parte didattica, diciamo, cioè il fornire strumenti teorici e pratici, potremmo dire che consiste prima di tutto in un ***allenamento all'ascolto*** senza preconcetti di Madre natura; nell'ascolto religioso, attento, aperto, dei principii, della Legge, della Vita, dell'energia.

Grazie a questo ascolto interiore, ascolto diretto, il paziente riesce in genere a rivisitare la psicodinamica, il funzionamento della mente, a comprendere come la mente "mente", a causa della impurità del mezzo; ha a disposizione una teoria diversa del funzionamento mentale.

4. Questa operazione di studio del funzionamento della mente consente una *ristrutturazione cognitiva dei fenomeni psichici, una reinterpretazione che si collega al funzionamento dell'energia nel corpo sottile.*

Per fare un esempio, un paziente si allarmava in occasione di sensazioni strane - per lui - a livello del cuore, ed in occasioni di queste percezioni ripetutamente si precipitava al pronto soccorso in preda ad una crisi di panico per effettuare un elettrocardiogramma, nel timore di avere un infarto.

Dopo il nostro lavoro si trovò più disposto a reinterpretare quelle sensazioni come segnali di una apertura a livello del *chakra* del cuore, che segnalava un suo avanzamento energetico e spirituale; e fu in grado di fare questo perchè si trovava ora in possesso di una tecnica per aiutare la propria energia, e perchè dava un valore diverso a quei fenomeni che prima erano solo occasione di paura ed allarme.

5. Ricollegare l'esperienza energetica nel corpo sottile allo psichismo, a come funziona la fenomenologia in relazione all'energia.

Il paziente riesce in questa maniera a ricollegare, riconoscere, intendere in modo nuovo. i sogni, il transfert, le relazioni interpersonali, e più profondamente lo stato della mente poiché comprende in che modo essi siano collegati con la matrice, col mezzo⁴³.

Il simbolo e le sue trasformazioni, il regista e l'attore, vengono ora visti⁴⁴, escono dalle pieghe delle loro vesti luminose (immagini), spiegati.

Si capisce nel concreto come funziona la mente, e quindi come fare per uscire dalla mente.

-Considerazioni su yoga e terapia

Io penso che il trattamento che possiamo fare sui *chakra* possa avvenire a livelli diversi dei *chakra* stessi.

Anche la meditazione, o a un altro livello anche l'impiego di psicofarmaci, oppure il massaggio, e ancora l'omeopatia, sono in grado in maniera diversa tra di loro di intervenire sull'energia del corpo sottile e sui *chakra*.

Ritengo che il lavoro sui *chakra* esposto in questo scritto dipenda strettamente dal livello di evoluzione energetica che ha raggiunto il terapeuta in quel momento.

Probabilmente io intervengo su un certo livello dei *chakra*, tra l'eterico e l'astrale e il causale.

Ma questo forse è proprio il livello di intervento specifico del lavoro di uno psicoterapeuta; stavo per dire di uno psicoterapeuta spirituale, ma in realtà da questo punto di vista non esisterebbe uno psicoterapeuta non spirituale, poiché il suo specifico lavoro riguarda proprio l'energia spirituale al livello della psiche conscia e subconscia.

Piuttosto, tale terapeuta deve consapevolmente collegarsi al lavoro che altri contemporaneamente possono svolgere sugli stessi centri sottili a livelli differenti, e quindi integrarsi in un sistema armonico con la meditazione e le medicine energetiche.

Nella meditazione si lavora con l'energia e con il karma in maniera diretta, senza passare per la traduzione psichica dei processi alchemici che si svolgono; nella psicologia si lavora con i derivati degli stati energetici del mezzo, la loro traduzione in termini di ricordi, sogni riflessioni, e quant'altro.

Utilizzando un modello energetico della psicologia questi fenomeni, queste manifestazioni e le loro trasformazioni, vengono ricollegate strutturalmente alla matrice sottile dalla quale emergono, ed in cui si manifestano.

⁴³ In maniera analoga a come sono collegati Fenomeno e Noumeno

⁴⁴ Intelligenza deriva da *intus ligere*, *inter ligere*; andare oltre nel vedere, internarsi nella *cum* - *prehensione*.

Sogno di una paziente alla seconda seduta di analisi: "Assistevo al passaggio di un treno. Il treno di fermava, poi ripartiva; dopo il suo passaggio, vedeva una altra me stessa, identica, dall'altro lato dei binari che mi guardava".

Quindi in psicoterapia noi lavoriamo con l'energia in maniera indiretta, partendo dai fenomeni e risalendo alla matrice energetica; e quindi, quando siamo in grado di operare una trasformazione a livello della matrice osserviamo di conseguenza una fenomenologia psichica che testimonia di quella trasformazione.

La capacità clinica di riconoscere, interpretare questa fenomenologia, unitamente alla capacità di aiutare il processo di trasformazione profondo dovrebbe essere lo scopo e lo specifico della psicoanalisi del domani, e della psicosintesi (meglio, della psicologia energetica) come processo.

Riepilogando

- la psicologia energetica non è meditazione, ma si correla al lavoro di meditazione.
- E' meditazione in atto, lavora in parallelo alla meditazione nelle sue diverse forme per preparare l'evoluzione spirituale senza sostituirsi nel metodo e nel risultato a questa evoluzione spirituale.
- Si può vedere, per usare una metafora un po' come il battesimo con l'acqua che il Battista dispensava, cui doveva seguire in un secondo momento il battesimo col fuoco dello spirito del Maestro.
- Il livello energetico, coscienziale di questa acqua dipende dalla qualità spirituale e professionale del terapeuta, che dovrà accompagnare "con ingegno e con arte" il viaggio di ritorno del compagno in difficoltà.
- Discorsi analoghi si potrebbero fare sulle altre modalità di intervento; secondo questa visione i diversi livelli sui quali vanno ad operare le diverse discipline energetiche non si contraddirebbero e non interferirebbero intralciandosi. Basta considerare che il Signore sa cosa ci serve e ci manda quello di cui abbiamo bisogno, e diversi aiuti operano su diversi livelli energetici e sul karma, qualcuno passando più dal corpo (es. massaggio, *ayurveda*), qualcun altro dal cuore (sostegno affettivo psicoterapico), altri dal livello di conoscenza (astrologia), o modificando le informazioni su un certo strato del corpo causale (omeopatia, o, ancora, psicoterapia). Ma non c'è da temere nulla, perché in medicina quel che funziona è giusto, ed abbiamo da fare su vari piani.

-Ma questa visione eclettica e tollerante non significa che ogni intervento confuso vada bene. Facciamo un esempio: si fa psicoterapia sia nel massaggio che dall'omeopata oltre che dallo psicologo; ma la natura di queste diverse psicoterapie sullo stesso paziente, il livello energetico di queste, la filosofia di fondo di queste deve essere coerente e non contraddittorio, perché la salute del paziente se ne giovi, e perché i terapeuti possano collaborare in un "centro per la salute" che sia energeticamente funzionale.

-Su questo piano energetico non possiamo barare, e credo l'unica garanzia per questa omogeneità è l'affidamento a riferimenti teorici e religiosi universali, che riassumano tutte le sottostanti divisioni minori nella conoscenza.

Ad esempio, una visione del divino come quella della religione induista, il *Sanata dharma*, non consente di litigare sulla religione, su cosa sia giusto o meno, tanto vasto è il suo seno, mentre la visione del Cattolicesimo lo consente.

Così nel campo della meditazione, tutti i santi e saggi hanno ritrovato che il sentiero è unico, anche se raccontato in modi sempre differenti. Queste considerazioni tutti i ricercatori sinceri condividono in ogni tempo e luogo.

Così nel mondo di domani avremo io credo e spero una religione unica, una via diversificata ma unica per la meditazione ai vari livelli, una psicologia diversificata ma unica come impianto teorico di base.⁴⁵

Così potremo integrare le differenze in un modello, un metodo unico.

Conclusione temporanea:

-Tutto questo secondo me è terapia, almeno è come faccio io terapia, e rappresenta un punto di unione tra psichiatria, psicologia, psicoanalisi, yoga, meditazione, astrologia, religione, medicina, filosofia, aspetti teorici e pratici, aspetti generali e personali, farmaco.

Io spero di avere saputo spiegare un po' cosa succede tra me e il mio paziente quando siamo seduti di fronte, o camminiamo a fianco, o ci sogniamo la notte, o.... insomma quando facciamo un tratto di strada insieme. Quando ci amiamo. Quando amiamo la Via, quando la Via risponde, e ci conduce.

D'altronde, recita il Tao, "è camminando che si traccia la via", e noi cerchiamo di camminare, anche se qualche volta sbagliamo strada e poi dobbiamo tornare indietro. A questo procedimento io credo per esperienza, e "spero ardentemente che sia vero", come diceva Bion.

E spero che sia utilizzabile da altri, perché credo anche che non sia solo un metodo mio, né che sia nuovo, né che sia troppo moderno.

Penso invece che sia un metodo universale, che tutti lo possano usare, e che sia ormai il tempo di usarlo, che sia semplice ed efficace; anche se le cose semplici sono le più

⁴⁵ Anche l'alchimia recitava *unum est vas, una medicina, unum lapis* etc

difficili da capire: e questo non perché sia complicato il metodo, ma perché la mente è complicata, perché la mente non riesce a capire le cose semplici e vere⁴⁶.

Il mio lavoro è bellissimo, ed io lo amo; e ringrazio Dio di avere questa bella esperienza, di potere conoscere tante persone, il loro cuore, la loro vita così da vicino. Questa esperienza sempre è diversa, e sempre mi insegna cose nuove sulle meraviglie della natura, che poi è anche la mia natura, sull'evoluzione degli altri e mia, insieme.

A proposito dell'ascolto, concludo con un brano tratto dal romanzo di H.Hesse, Siddharta, là dove parla con il barcaiolo del fiume, del fiume della vita:

"Ad ascoltare mi ha insegnato il fiume, e anche tu imparerai da lui. ..Lui sa tutto, il fiume, tutto si può imparare da lui. Vedi, anche questo tu lo hai già imparato dall'acqua, che è bene discendere , tendere verso il basso, e cercare il profondo.

Vedi, io non sono un sapiente, non so parlare, non so nemmeno pensare. So soltanto ascoltare, ed essere pio, altro non ho imparato mai. Se sapessi dirtelo o insegnartelo, forse sarei un sapiente, ma invece sono soltanto un barcaiolo, e il mio compito è di portare gli uomini al di là di questo fiume. Molti ne ho traghettati, migliaia, e per tutti costoro il mio fiume non è stato altro che un ostacolo sul loro cammino.....ma per alcuni, pochi, per i quali il fiume aveva cessato di essere un ostacolo, ne hanno sentito la voce, e il fiume è diventato loro sacro, come per me.

...Hai appreso anche tu quel segreto del fiume, che il tempo non esiste? Il fiume si trova dovunque in ogni istante, alle sorgenti ed alla foce, alla cascata, al traghetto, alle rapide, nel mare, in montagna, dovunque in ogni istante, e che per lui non vi è che presente, neanche l'ombra del passato, neanche l'ombra dell'avvenire?....

Non è vero , amico che il fiume ha molte,moltissime voci? Non ha la voce di un re, e quella di un guerrigliero, e quella di un toro, e quella di un uccello notturno, e d'una partoriente, e d'uno che gema e ancora mille altre voci?

Così è; tutte le voci delle creature sono nella sua.

E, sai..... che parola dice, quando ti riesce di udire insieme le sue diecimila voci?

*...egli si chinò verso Siddharta, e gli sussurrò all'orecchio il sacro **Om**."*

(Da :Siddharta, H.Hesse, Adelphi, 83, pp 118 e segg.)

⁴⁶ La mente infatti non è uno strumento di conoscenza, è uno strumento per organizzare la conoscenza acquisita attraverso l'esperienza; e questo lascerà molto perplessi tutti coloro che ancora sono nel mentale, ma troverà concordi invece tutti coloro che sanno già che questo è vero.

BIBLIOGRAFIA

- Wu Li: Percorsi, trimestrale informativo del Centro Ricerche Tai Chi Italia, estate 2002.
- Massimo Assaggioli, Psicosintesi, ed Astrolabio: Psicosintesi terapeutica
- C.G.Jung, Ricordi sogni e riflessioni, Bur ed.
- C.G.Jung, Psicologia della traslazione, Opera Omnia, Boringhieri.
- C.G.Jung, Mysterium Coniunctionis, Opera Omnia, Boringhieri.
- Il simbolismo della messa, C. G. Jung, Opere Complete Boringhieri, vol.5
- Astrologia dei veggenti, D. Frawley , ed Vidyananda, 1997
- La sacra scienza, Sri Juktswar, edizione Astrolabio, 1993
- Autobiografia di uno Yogi, Yogananda, ed. Astrolabio, 2009
- La sacra Bibbia, ed. Paoline, 1968
- La Bhagawat Gita, Roma: Ubaldini, 1964
- La Divina Commedia, commento di V. Sermoni, ed.Rizzoli, 1993
- Mani di Luce, B. Brennan,ed. Longanesi, Milano, 1989 , e vedi anche Luce Emergente,
- Manuale di Psichiatria, P. Sarteschi e C. Maggini, Edizioni sbm, 1996
- Trattato di psicoanalisi: delle nevrosi e delle psicosi, O. Fenichel, C.Gastaldi, ed. Astrolabio, 1991
- L'interpretazione dei sogni, S. Freud, Opere complete Boringhieri. Vol. 3, 2013
- L'Io e i meccanismi di difesa, A. Freud, ed. Giunti, 1997
- Trattato di psicofarmacologia clinica, Cesario Bellantuono, Matteo Balestrieri, Il Pensiero Scientifico, 2003
- Le porte della percezione: Paradiso e Inferno, A.Huxley Mondadori, 1986
- Compendio di psichiatria di H. J. Weitbrecht, ed. Piccin Nuova libreria, 1970
- Alchimia: altri testi, medioevali e no
- Biancaneve
- Buddha: raccolta dei discorsi medi, vedi [http:// www.canonepali.net/ pdf/ majjhima.pdf](http://www.canonepali.net/pdf/majjhima.pdf)
- Healing and Self Healing, L. Vinardi, Arcotese ed., 2000
- The *chakras* and esoteric healing, Zachary F. Lansdowne, Ph.D (1986 S. Weiser, Usa)
- The only way out is in, R. Kowalski, ed J. Carpenter, 2001
- The art of counselling, Kriyananda, talks