Pier Luigi Lattuada

Nuova edizione

Collana
SCIENZE E SALUTE
RICERCHE

Oltre la mente

Teoria e pratica della psicologia transpersonale

FrancoAngeli

Collana Scienze e salute
Diretta da Mara Tognetti Bordogna

Il rapporto sempre più autonomo e responsabile che il cittadino intrattiene oggi con il proprio benessere fa di salute e malattia il terreno su cui si misurano bisogni individuali e collettivi, esigenze relazionali e alterazioni biofisiche, richieste di intervento di apparati normalizzanti (il complesso sanitario).
La ricaduta di tali eventi nel quotidiano richiede chiavi di lettura coerenti che ne determinino il significato in rapporto sia al campo disciplinare di interesse che al contesto in cui maturano, dove si generano comportamenti non comprensibili a partire da un'ottica meramente sanitaria.
D'altro canto il diritto alla salute, diventato parametro di qualità della vita, investe di nuove responsabilità il sistema di cura sia esso pubblico, privato o di terzo settore aprendo al tempo stesso nuovi scenari occupazionali. Tutto ciò richiede attenzione e impegno sia nel campo della formazione delle figure che promuovono la salute, sia della produzione di testi per gli operatori, come è fondamentale che le diverse discipline concorrano a definire di volta in volta che cosa sia "salute" e attraverso quali azioni possa essere efficacemente promossa nel mutato contesto sociale. Di qui l'urgenza di una collana che, seguendo più direzioni (Teorie, Ricerca, Formazione, Comunicazione e Saperi transculturali) e avvalendosi anche di apporti internazionali, contribuisca ad abbattere gli steccati disciplinari in cui la salute è stata rinchiusa e ne promuova una concezione più ampia.

Comitato scientifico
Roberto Beneduce, Etnopsichiatria, Università di Torino; *Gilles Bibeau*, Antropologia, Mc Gill University, Università di Montreal; *Albino Claudio Bosio*, Psicologia medica, Università Cattolica di Milano; *Mario Cardano*, Metodologia della ricerca, Università di Torino; *Guia Castagnini*, Unità Operativa Complessa di Cure Palliative, Hospice - A.O. Desio e Vimercate; *Cesare Cislaghi*, Economia sanitaria, Università di Milano; *Giorgio Cosmacini*, Università Vita-Salute dell'Istituto Scientifico Ospedale San Raffaele; *Pierpaolo Donati*, Sociologia della salute, Università di Bologna; *Claudine Herzlich*, Sociologia della medicina, CNRS-Ecoles Hautes Etudes en Sciences Sociales; *Marco Ingrosso*, Promozione della salute, Università di Ferrara; *Florentine Jaques*, Fitofarmacologia, Università di Metz; *Michele La Rosa*, Organizzazione sanitaria, Università di Bologna; *Sergio Manghi*, Sociologia della conoscenza, Università di Parma; *Mario Morcellini*, Scienze della comunicazione, Università di Roma; *Antonio Pagano*, Igiene e Medicina preventiva, Università di Milano; *Mariella Pandolfi*, Antropologia medica, Università di Montreal; *Benedetto Saraceno*, Riabilitazione, OMS, Ginevra; *Marco Terraneo*, Metodi quantitativi per la salute, Università di Milano-Bicocca; *Mara Tognetti Bordogna*, Politiche socio-sanitarie, Medicine complementari, Università di Milano-Bicocca, direttrice della collana Scienze e salute; *Giovanna Vicarelli*, Professioni sanitarie, Università Politecnica delle Marche; *Paolo Giovanni Vintani*, Farmacista in Barlassina (Mi).

I titoli della collana *Scienze e salute* sono sottoposti a doppio referaggio anonimo.

Saperi Transculturali
Coordinata da Alfredo Ancora

Saperi Transculturali, sezione della Collana Scienze e salute, vuole raccogliere testimonianze ed esperienze, frutto di contaminazioni provenienti da diversi campi del sapere. Nell'attuale dibattito scientifico - dove elementi culturali, sociali e psicologici interagiscono continuamente - è necessario mantenere le porte aperte agli stimoli provenienti da un mondo sempre più in movimento. L'attuale società, che si sta trasformando secondo ritmi sempre più vertiginosi e in alcuni casi troppo veloci, ha bisogno di momenti di riflessione, di ascolto, di un diverso posizionarsi verso l'altro, l'altrove, l'altrui.
Il rischio è altrimenti di produrre una cultura solo autoconfermante, poco incline a quel "qualcosa di nuovo" che avanza, che turba ed affascina, sotto diverse vesti. L'obiettivo che questa sezione vuole cercare di cogliere è dare voce a perturbazioni che attraversano le culture, senza la prevaricazione di qualcuna su qualcun'altra. "Ogni cultura è tutte le culture" non è uno slogan, ma una direzione nel rispetto del reciproco valore di ognuna. I testi che vogliamo presentare vorrebbero intercettare i fermenti e gli stimoli che il contatto con mondi nuovi alimenta ed è alimentato. Essi vogliono altresì raffigurare uno spazio di rappresentazione per saperi di autori, italiani e non, dove sia possibile liberarsi da griglie conoscitive troppo ristrette ed esplora territori, anche impervi.

Comitato scientifico
Alfredo Ancora, coordinatore della sezione Saperi transculturali; *Massimo Buscema*, Mathematics, University of Denver, Colorado; *Bruno Callieri †*, Psichiatria, Università La sapienza, Roma; *Silvia Canetto*, Psycology of Colorado State University, Fort Collins¸ *Enzo Colombo*, Sociologia dei processi culturali e comunicativi, Milano; *Emilia Colucci*, Department of Psychology, Middlesex University London; *Piero Coppo*, Organizzazione Interdisciplinare Sviluppo Salute e Centro Studi Sagara; *Carla Corradi Musi*, Dipartimento Ugrofinnico, Università di Bologna; *Simon Dein*, Anthropology and Medicine, Goldsmith and Durham University London; *Antonella Delle Fave*, Psicologia generale, Università di Milano; *Rita El Khayat*, Antropologia delle scienze e del sapere, Università di Chieti; *Carlos Estellita-Lins*, Mental health researcher Fundação Oswaldo Cruz Rio de Janeiro; *Mario Galzigna*, Storia della scienza ed epistemologia clinica, Università di Venezia; *Mihaly Hoppàl*, Institut of Ethnology Budapest; *Julian Leff*, Institut of University of London; *Roland Littlewood*, Anthropology and Psychiatry, University College London; *Alessandro Lupo*, Istituto antropologia Università la Sapienza Roma; *Paul Martino,* Etnopsychiatrie, Universitè de Bordeaux; *Mario Antonio Reda*, Psicologia generale e clinica, Università di Siena; *Marie Rose Moro*, Psichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza, Universitè Paris 5; *France Schott-Bllmann*, Danse-Thèrapie, Universitè de Sorbonne, Paris; *Michael Taussig*, Anthropology, Columbia University, New York; *Mara Tognetti Bordogna*, Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale, Università di Milano-Bicocca, direttrice della collana Scienze e salute; *Franco Voltaggio*, Filosofia della scienza, Università di Macerata.

Pier Luigi Lattuada

Oltre la mente

Teoria e pratica della psicologia transpersonale

Nuova edizione

FrancoAngeli

Nota sui capitoli on line: Il presente lavoro è costituito da una parte cartacea e da una *on line*. L'allegato on line è indicato nell'indice e nel testo con il simbolo 🗁 ed è consultabile nel sito www.francoangeli.it.

Per accedere all'allegato online è indispensabile
seguire le procedure indicate nell'area Biblioteca Multimediale
del sito www.francoangeli.it
registrarsi e inserire il codice EAN 9788891771308 e l'indirizzo email
utilizzato in fase di registrazione

Grafica della copertina: *Elena Pellegrini*

Copyright © 2004, 2018 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

Seconda edizione 2018

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni qui sotto previste. All'Utente è concessa una licenza d'uso dell'opera secondo quanto così specificato:

Indice

1. Verso una scienza della coscienza pag. 11
1.1. Introduzione » 11
1.2. Che cos'è la psicologia transpersonale » 12
1.3. Psicologia e spiritualità » 13
1.4. La storia » 14

2. L'approccio transpersonale » 18
2.1. Presupposti della psicologia transpersonale » 18
2.2. Il nuovo paradigma olistico » 23
2.3. Verso una nuova comprensione » 33

3. L'identità della psicologia transpersonale » 40
3.1. Chi sono io? » 40
3.2. Cosa non è la psicologia transpersonale » 41
3.3. I confini della psicologia transpersonale » 44

4. Gli stati della coscienza » 54
4.1. Cos'e la coscienza? » 54
4.2. Due modalità di conoscenza » 54
4.3. La nuova visione » 57
4.4. La tradizione » 58
4.5. Uno sguardo alla Filosofia della Scienza » 60
4.6. Il Modo Ulteriore » 64
4.7. Legge della naturalezza naturale » 64
4.8. Una concezione dinamica degli stati di coscienza: I tre mondi » 66
4.9. I Sistemi di Coscienza » 67
4.10. Mondi, Stati e Stadi » 67
4.11. Ordini della Coscienza » 69
4.12. Un sistema operativo del Modo Ulteriore » 73

5. Il soggetto dell'esperienza pag. 77
5.1. Il Sé psicoanalitico » 77
5.2. Il Sé nella psicologia umanistica » 79
5.3. Il Sé nella prospettiva transpersonale » 80

6. Il Sé in biotransenergetica (BTE) » 82
6.1. L'ambito quantistico » 83
6.2. Modello Dinamico del Sé: Il transe elementare » 83
6.3. Modello strutturale del Sé » 88
6.4. Modello Organismico del Sé » 91

7. Modelli del Sé » 94
7.1. Modelli transpersonali » 94
7.2. Il modello di Assagioli » 94
7.3. Il modello di Stan Grof » 96
7.4. Il modello di Ken Wilber » 99

8. Lo sviluppo transpersonale » 101
8.1. La mappa evolutiva di Wilber » 101
8.2. La mappa evolutiva della biotransenergetica » 110
8.3. Cartografia dei dualismi » 121
8.4. Lo spettro dello sviluppo transpersonale » 134

9. Emergenza spirituale » 136
9.1. Crisi evolutive » 136
9.2. Le categorie » 143

10. Implicazioni nell'accesso al transpersonale » 163
10.1. Transpersonale e normalità » 163
10.2. Trasformazioni della visione del mondo in seguito al superamento d'emergenze spirituali » 163
10.3. Il complesso di Giona: la repressione del sublime » 164

11. Psicologia transpersonale e salute » 166
11.1. Un punto di svolta » 166
11.2. Psicoterapia transpersonale e medicina olistica » 167
11.3. Medicina olistica, cioè… ippocratica » 168
11.4. Psicologia transpersonale, cioè… sciamanica » 169
11.5. Consapevolezza: oltre la medicina, oltre la psicologia » 169

12. Psicologia transpersonale e sessualità pag. 170
12.1. Repressione o trascendimento? » 170
12.2. La pratica dello struzzo » 171
12.3. Cos'è la sessualità » 172
12.4. Freud: il padre dell'eros » 174
12.5. Reich: la rivoluzione sessuale » 175
12.6. Osho: il maestro dell'estasi » 176
12.7. Il fiume della vita » 177

13. Il sogno in psicologia transpersonale » 186
13.1. La storia » 186
13.2. Un esempio » 188
13.3. In viaggio per risvegliarsi » 189

14. Fondamenti di psicoterapia transpersonale » 191
14.1. Verso nuove tecnologie del sacro » 191
14.2. Le basi comuni » 193
14.3. Le metodiche in psicoterapia transpersonale » 195

15. Meditazione: la via maestra per il transpersonale » 198
15.1. Cos'è la meditazione » 198
15.2. I sette fattori dell'illuminazione » 200
15.3. Livelli verso l'illuminazione » 200
15.4. Il cuore dell'arte della trascendenza » 201
15.5. La ricerca in meditazione » 202

16. La biotransenergetica » 206
16.1. Procedura » 206
16.2. La metodologia » 210

17. Psicologia transpersonale e comunità scientifica » 228
17.1. I motivi dell'ostracismo » 228
17.2. La scienza degli stati di coscienza » 230
17.3. Verso un'epistemologia del sacro » 231

18. Il Circuito dell'Esperienza » 234
18.1. Osservazione e pensiero » 234
18.2. I modi dell'attenzione » 236
18.3. La Triade Organismica » 236

19. Epistemologia della Seconda Attenzione » 241
19.1. La proposta » 241
19.2. Quali garanzie? » 242

19.3. Due Omini pag. 243
19.4. Vero o falso » 244
19.5. Oltre i confini » 246
19.6. Un dialogo partecipativo » 249
19.7. L'ipotesi del Modo Ulteriore » 254
19.8. Il primo confine » 257
19.10. La Dinamica Originaria » 260
19.11. Un Terzo Confine » 261
19.12. Le garanzie » 262

20. Pensiero Integrale » 266
20.1. Le differenze che fanno la differenza » 267
20.2. Primi passi verso un Pensiero Integrale: attivare le Tre Nobili Funzioni della Psyché » 274
20.3. Il Campo » 277
20.4. Operativamente » 280
20.5. Praticamente

21. 🗁 Il mio contributo alla psicologia transpersonale

22. 🗁 La pratica meditativa vedanta d'autosservazione in psicoterapia transpersonale: un approccio integrale

23. 🗁 Psicosintesi e psicoterapia

24. 🗁 Psicotranseterapia

Bibliografia » 285

Grazie all'amore e al dolore
All'oscura rincorsa della solitudine
All'andare e venire
E al soffio

Grazie ai tuoi occhi
Stella brillante, appena prima dell'alba

Grazie all'onore di averti amico
Al copioso talento che sparpagli dal cuore
Al sostegno, alla fiducia
E alla giusta azione

Grazie alla tua voce
Sorso d'estate, appena dopo il risveglio

Grazie al vuoto che mi lasciasti nell'anima
Piccolo tiranno, grande alleato
E ai tuoi Angeli che schiusero il velo
E alla generazione

Grazie alla tua pelle
Ricamo sorriso da un pittore ispirato

Grazie alla sontuosa trama
Tessuta dai vostri passi per casa
Benedetta figliale presenza
Nel giardino dorato

Grazie alle tue labbra
Umida soglia, in rotta verso casa

Grazie al padre e alla madre
Grazie al cuore dei diecimila esseri
Grazie a te che sai
Di essere me

p.l.

1. Verso una scienza della coscienza

Il pensiero scientifico moderno in fisica, in biologia e in psicologia sta avviandosi verso una visione della realtà che è molto vicina alla concezione dei mistici e di molte culture tradizionali, in cui la conoscenza della mente del corpo dell'uomo e la pratica dell'arte della guarigione sono parti integranti della filosofia naturale e della disciplina spirituale.
F. Capra

1.1. Introduzione

Io e Dio, *Ego* e *Sé*, materiale e spirituale, individuo e totalità, personale e transpersonale, muoversi intorno a queste diadi equivale a muoversi là dove *gli Angeli esitano*, come direbbe Gregory Bateson[1].

Ed è là che ci muoveremo.

Chiedo pertanto, all'amore e alla conoscenza, alla consapevolezza e alla responsabilità, all'umiltà ed al rispetto, che vogliano guidarci nel cammino. Auspico che, nel viaggio che compiremo assieme, ciascuno di noi sappia lasciare il pesante fardello dell'identificazione e delle proiezioni, degli attaccamenti e delle attese, del giudizio e del fondamentalismo. L'intento dichiarato è quello di condividere con un pubblico più vasto la nascita, lo sviluppo, i principi e i metodi del ***movimento transpersonale***.

Si tratta di un movimento di pensiero profondamente radicato nella scienza da un lato, in quanto figlio del nuovo *paradigma olistico* emergente in ambito scientifico, e nella tradizione dall'altro, in quanto espressione di una concezione del mondo e dell'individuo sovrapponibile a quella che Liebnitz definì filosofia perenne, vale a dire la visione delle antiche tradizioni spirituali condivise dai saggi e dai mistici d'ogni tempo.

Le considerazioni che mi spingono ad affrontare l'argomento sono d'ordine personale e pubblico, transpersonale appunto. E voglio menzionarle entrambe.

Condividere la mia storia personale vuole dire per me condividere il contesto nel quale queste parole sono nate ed hanno acquisito significato, vuole dire contribuire a creare le condizioni migliori perché chiunque legga possa comprenderle, entrando in risonanza, prima che con i concetti

1. Bateson G. e Bateson M.C. (1989), *Dove gli angeli esitano*, Adelphi, Milano.

espressi, con il cuore dei compagni di strada che li hanno concepiti; prima che con il medico e lo psicoterapeuta attento al rigore scientifico, con l'essere umano attento alla vita.

I classici c'insegnano, com'è il caso di Ulisse, che la storia dell'uomo è la storia di un viaggio verso casa. Condividere un modello, quello *transpersonale* e più nello specifico una metodologia, la ***biotransenergetica***, messa a punto lungo il cammino, significa per me fornire un contributo perché ciascuno di noi possa compiere il suo viaggio di ritorno verso casa, possa venire a conoscenza di strumenti affidabili, cognitivi ed operativi, per la navigazione nell'oceano della coscienza e l'approdo all'Itaca della realizzazione della propria natura più vera.

1.2. Che cos'è la psicologia transpersonale

> *... Della via possiamo dire cosa non è, a cosa assomiglia, come fare a percorrerla, ma non possiamo dire cos'è...*

La psicologia transpersonale, secondo la definizione di Charles Tart[2], opera per la realizzazione del *Sé*, per il risveglio della natura spirituale di ogni individuo e delle sue qualità più genuinamente umane.

Il termine *transpersonale* applicato alla psicologia, sembra essere stato utilizzato per la prima volta da Roberto Assagioli, il creatore della *psicosintesi* ed in seguito da Gustav Jung. Esso sta ad indicare quelle aree della realtà psichica che si estendono oltre l'identificazione con la personalità individuale. La psicologia transpersonale pertanto sta ad indicare quell'approccio psicologico che si occupa dello studio e della cultura della spiritualità e delle esperienze spirituali in un contesto psicologico.

Approccio che cominciò ad affermarsi nel campo della psicologia intorno agli anni sessanta, a partire dall'opera di A. Maslow[3], il quale per primo mise l'accento su una psicologia «evolutiva» che considerasse lo «sviluppo delle potenzialità», «la soddisfazione graduale dei bisogni» la relazione tra «persona e persona» nel rapporto terapeutico, l'esperienza mistica, come momenti fondanti di un percorso di auto-realizzazione.

La prima associazione di psicologia transpersonale fu fondata negli Stati Uniti nel 1969 per opera di personalità quali: Charlotte Buhler, Abraham Maslow, Allan Watts, Arthur Koestler, Viktor Frankl. Si pubblica una rivista *The Journal of Transpersonal Psychology* fondata da Antony J. Sutich

2. Tart C.T. (1994), *Psicologie transpersonali*, vol. I, Crisalide, Spigno Saturnia.
3. Si veda Maslow A. (1971), *Verso una psicologia dell'essere*, Astrolabio, Roma.

alla quale collaborano tutti i maggiori esponenti americani del movimento transpersonale quali: Ken Wilber, Stan Grof, Stanley Krippner, Lawrence Le Shan, Michael Murphy, Charles T. Tart, Frances E. Vaughan, e altri.

In Italia l'approccio umanistico e transpersonale trova un'elaborazione nelle opere di L. Boggio Gilot, A. De Luca, Filippo Falzoni Gallerani e chi scrive, tra gli altri.

1.3. Psicologia e spiritualità

Ripiegandomi su me stesso, io creo e creo ancora.

Bhagavad Gita

La psicologia transpersonale si caratterizza come il contributo degli ambienti scientifici allo studio e alla comprensione dell'*esperienza interiore di ordine trascendente*. Esperienza che nel corso dei secoli ha ricevuto dalle diverse tradizioni numerose denominazioni: estasi mistica, esperienza cosmica, coscienza cosmica, esperienza oceanica, peak experience, nirvana, satori, samadhi, regno dei cieli, corpo del sogno, nagual, ecc. I principali approcci psicologici attuali definiscono queste categorie di esperienze come fantasie o patologie. In base ai diversi orientamenti teorici della psicologia, queste sono state viste come un tentativo di appagare il desiderio di essere accuditi da una «madre buona», la conseguenza di anormalità dell'attività neurale, oppure come il segno di un Io fragile incapace di distinguere tra immagini interne e realtà esterna.

L'approccio transpersonale ritiene, invece, che le esperienze interiori di ordine mistico ed estatico, così come l'anelito alla trascendenza dell'io, costituiscano un aspetto significativo dell'umana esperienza e degno, pertanto, di oggetto di studio da parte della psicologia. Recenti studi dimostrano infatti che la maggioranza degli Americani riferisce di avere avuto qualche forma di esperienza mistica (Greeley, 1987), mentre in un'altra ricerca (Davis, Lockwood, and Wright, 1991) il 79% di un vasto campione riferisce di avere avuto *peak experiences* e le definisce come le esperienze più profonde ed importanti della propria vita.

Nella sua ricerca la psicologia transpersonale integra l'esperienza della psicologia occidentale, soprattutto del filone gestaltico, esistenziale, umanista, con le tradizioni mistiche orientali basate sulla meditazione come lo yoga, lo zen, il sufismo e con quelle sciamaniche basate sull'estasi ed il contatto diretto con le forze della natura. Subisce inoltre una forte influenza dalle più recenti acquisizioni della fisica moderna e della biofisica ed è in stretto rapporto con altre scienze quali la sofrologia, la sociologia, l'antropologia e la parapsicologia.

Alla luce di queste considerazioni la psicologia transpersonale sembra connotarsi come un vasto movimento di pensiero e di ricerca che opera per un'integrazione tra principi e metodi psicologici e pratiche spirituali o rituali sciamanici, per una sintesi tra la mente, la meditazione, la spiritualità e la trascendenza, gli stati di coscienza ordinari e non ordinari, gli stati mistici, estatici o sciamanici.

1.4. La storia

Se non conosci la storia sarai costretto a riviverla…

William James

Pioniere della psicologia, fu il primo a studiare le esperienze mistiche considerandoli eventi psicologici quanto religiosi.

In *The Varieties of Religious Experiences*[4], James considera le esperienze mistiche come un sano e naturale impulso, fondamento d'ogni religione.

Freud e le successive scuole di psicoanalisi stigmatizzarono queste esperienze definendole fantasie regressive allo stato uterino; i comportamentisti spostarono definitivamente l'attenzione della scienza dal mondo degli stati di coscienza a quello del comportamento.

Carl Gustav Jung

Ma collateralmente alle tendenze dominanti sopravvisse un pensiero, sostenuto da studiosi eterogenei per formazione e provenienza, che continuò a mantenere la trascendenza dell'io e l'esperienza spirituale al centro della propria ricerca psicologica.

Primo fra tutti è da citare Carl Gustav Jung il quale postulò l'esistenza di un *Inconscio Collettivo*, inizialmente da lui stesso definito *Uberpersonliche* (transpersonale)[5]. Tale inconscio sarebbe l'artefice della fondamentale interconnessione di ogni psiche individuale e sarebbe popolato da archetipi i quali costituiscono la base stessa di ogni esperienza transpersonale.

Secondo Jung, noi facciamo indirettamente esperienza degli archetipi attraverso i sogni, i simboli, le favole, i rituali, mentre le esperienze mi-

4. James W. (1961), *Le varie forme della coscienza religiosa*, Bocca, Torino.
5. Jung C.G. (1980), *Gli archetipi e l'inconscio collettivo*, Boringhieri, Torino.

stiche ci consentono l'accesso diretto al mondo archetipico. Egli arrivò ad indicare nell'esperienza spirituale la via maestra per l'uscita dalle nevrosi.

Abraham Maslow

Fu il fondatore della psicologia umanistica e gettò le basi, forse più di chiunque altro, per la nascita della psicologia transpersonale in quanto forza organizzata all'interno del panorama delle teorie psicologiche. Egli stesso considerò la psicologia umanistica, che definì la «terza forza» della psicologia, dopo la psicoanalisi e il comportamentismo come transitoria, come una preparazione per un'ancora più alta «quarta psicologia»[6], transpersonale, transumana, centrata nel cosmo più che sui bisogni ed interessi umani e che andasse oltre concetti quali, umanità, identità, auto-realizzazione personale, verso una trascendenza del *Sé*.

Roberto Assagioli

Ebbe il grande merito di trascendere per primo i limiti della psicoanalisi proponendo una *psicosintesi* che consentisse all'individuo di ampliare i suoi confini personali verso la realizzazione di un *Sé* transpersonale. Sembra inoltre che fu lui a coniare per primo il termine «psicologia transpersonale»[7].

Pierre Weil

È uno dei grandi vecchi della psicologia transpersonale tuttora viventi.

Egli, esplorando le dimensioni dell'esperienza interiore, come ci ricorda nel suo libro *L'uomo senza frontiere*[8], ha individuato una serie di confini che limitano l'uomo nella sua visione del mondo, definendo così, magistralmente, gli ambiti d'intervento della psicologia transpersonale, essi sono: la coscienza, la memoria, l'evoluzione e la morte.

La conoscenza e la trascendenza di tali confini sono, infatti, la principale prerogativa del movimento transpersonale che opera con metodi scientifici per lo sviluppo della seguente tesi:

6. Maslow A. (1971).

7. Assagioli R. (1973), *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*, Astrolabio Ubaldini, Roma.

8. Weil P. (1996), *L'uomo senza frontiere*, Crisalide, Spigno Saturnia.

– La coscienza è un flusso incessante ed illimitato. I limiti esistono solo nella mente dell'uomo.
– La memoria va oltre la filogenesi e può risalire lungo la giornata evolutiva del vivente fino alla fonte stessa dell'energia vitale.
– L'evoluzione umana non si ferma all'intelletto, ma procede verso qualità più elevate quali: saggezza, amore, umiltà, compassione, consapevolezza, ecc.
– La morte è solo un passaggio, un occasione per attingere nuove dimensioni dell'essere.

Stanislav Grof e Ken Wilber

Sono le figure attualmente più rappresentative del movimento transpersonale. Stan Grof[9], come vedremo, è stato uno dei primi ad elaborare un modello psicodinamico transpersonale, oltre che una mappa dell'esperienza interiore e una metodologia psicoterapeutica ad approccio transpersonale. Ken Wilber[10] è da considerarsi senza dubbio il più prolifico teorico transpersonale vivente; egli ha, tra l'altro, elaborato un modello di sviluppo della coscienza che consente di integrare i vari modelli psicologici, cognitivo, morale, psicodinamico e spirituale.

Altri autori

Alcuni tra gli altri che collateralmente hanno nutrito il grande fiume del transpersonale sono da considerarsi: Karen Horney con il suo concetto di «vero *Sé*», Victor Frankl il quale basava il suo lavoro sulla ricerca del significato e sulla nozione di «auto-trascendenza», Carl Rogers che includeva il concetto di «potere spirituale trascendente» tra le caratteristiche di una persona pienamente funzionante e Fritz Perls che fu profondamente influenzato dallo Zen nell'elaborazione della sua terapia della Gestalt.

In Italia

Come accennato, gli autori che più hanno contribuito all'elaborazione teorica e alla diffusione del movimento transpersonale in Italia sono Laura

9. Grof S. (1988), *Oltre il cervello*, La Cittadella, Assisi.
10. Wilber K. (1993), *Lo spettro della coscienza*, Crisalide, Spigno Saturnia.

Boggio Gilot, Arturo De Luca, Filippo Falzoni Gallerani e chi scrive. La Boggio Gilot nei suoi testi esplora la psicologia transpersonale alla luce della psicosintesi e della meditazione Vedanta. Arturo De Luca coglie la dimensione transpersonale attraverso il rebirthing e la respirazione olotropica di Grof. Chi scrive ha elaborato con Marlene Silveira la biotransenergetica, una disciplina transpersonale influenzata dalle antiche tradizioni sciamaniche.

2. *L'approccio transpersonale*

Se vuoi far ridere Dio raccontagli i tuoi piani.
Adagio indiano

2.1. Presupposti della psicologia transpersonale

Alla base di qualsiasi storia si possa raccontare ci sono dei presupposti…

Si racconta che intorno agli anni sessanta un missionario tedesco dagli occhi azzurri si recò presso una tribù indigena del Mato Grosso che aveva appena subito il primo contatto con l'uomo bianco. Dopo pochi giorni fu ritrovato legato ad un palo e senza gli occhi. Agli indios, evidentemente, erano piaciuti quegli occhi azzurri e se li erano presi. Alla base di questa storia stanno i diversi presupposti del missionario e degli indios. Con buona probabilità uno dei presupposti del missionario era: solo in Cristo c'è la salvezza, bisogna portare la «buona novella» tra i popoli primitivi. I presupposti degli indios dovevano essere d'altro tipo: se prendiamo quegli occhi c'impadroniamo della loro forza.

Alla base di qualsiasi storia si possa raccontare ci sono dei presupposti. Questi costituiscono l'elemento fondante d'ogni teoria scientifica, d'ogni disciplina od azione umana. Il problema è che molti di questi presupposti sono impliciti, dopo averli acquisiti li diamo per scontati.

Dice il saggio: se non conosci i presupposti sui quali si basa il tuo agire, agisci in conformità a presupposti che non conosci. Vale a dire che sono i presupposti ad agire in tua vece.

Quando vogliamo realmente sapere cosa stiamo facendo, se vogliamo elaborare sistemi di conoscenza che forniscano garanzie di validità, se vogliamo aumentare il nostro grado di libertà e di «potere personale», dobbiamo avere ben coscienti quali sono i presupposti sui quali ci basiamo.

È nostra intenzione elencare qui di seguito i presupposti condivisi dalla visione transpersonale e sui quali si basa il nostro pensare, il nostro senti-

re, il nostro agire, oltre che la teoria e la pratica biotransenergetica. Si tratta di una serie di presupposti, la quasi totalità dei quali sono condivisi da millenni dalle più diverse tradizioni spirituali e dalle altre principali linee di pensiero transpersonale, come ci ricorda Charles Tart nella sua opera *Psicologie Transpersonali*[1].

A proposito dell'universo

– Siamo tutti fratelli. L'universo è un flusso interconnesso d'eventi percorso dalla coscienza che è un flusso incessante e illimitato. I limiti esistono solo nella mente dell'uomo.

Il mondo minerale, vegetale, animale ed umano, i mondi sottili dello spirito esistono uno dentro l'altro ed uno per l'altro.

– L'universo non è solo quello fisico conosciuto dalla scienza materialista e dai cinque sensi. Esistono eventi spirituali che trascendono la percezione sensoriale ma che sono altrettanto reali quanto gli eventi fisici misurabili.

Si pensi a fenomeni quali l'aura, i chakra, le entità spirituali, le forze elementali, ecc.

– La nostra comprensione dell'universo è direttamente influenzata dal nostro modo d'essere e di conoscere.

– La mia visione del mondo dipende dalla posizione dalla quale lo guardo, vale a dire dal mio stato di coscienza.

A proposito della natura umana

– Ciascuno di noi possiede una «natura intima», essenziale, fondata biologicamente, naturale, innata.

Questa natura è in parte specifica della persona, in parte caratteristica dell'intera specie. Essa sembra essere «intrinsecamente buona». Contiene i bisogni fondamentali, le emozioni e le capacità umane fondamentali, le potenzialità, i talenti, gli equilibri fisiologici e temperamentali, l'attrezzatura anatomica e così via.

– Le aspettative culturali, i condizionamenti, le paure soffocano la nostra «vera natura».

Questo nucleo intimo fondato sulle potenzialità è però debole piuttosto che forte. L'educazione, le aspettative culturali, i condizionamenti, il timore

1. Tart C.T. (1994), *Psicologie transpersonali*, vol. I, Crisalide, Spigno Saturnia.