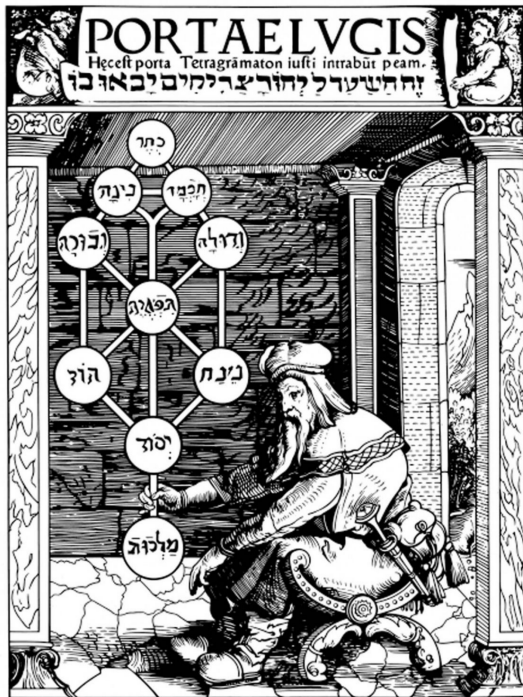




AUTORE: Dr. Ambra Pittalis - Psicologa e Psicoterapeuta specializzata presso l'Istituto ANEB
SUPERVISIONE: Dr. Raffaele Toson - Medico Chirurgo, Psicoterapeuta, docente presso le scuole di specializzazione in psicoterapia ANEB e CIPA, terapeuta EMDR, socio SIMP.

L'ALBERO DELLA VITA NELLA QABBALAH EBRAICA: una lettura ecobiopsicologica



Incisione da *Porta Lucis*, P. Ricius, Ausburg 1516

L'uomo cerca, ma anche Dio cerca l'uomo.
(P. De Benedetti)

Il pensiero esoterico elaborato dai numerosi movimenti mistici fioriti in seno all'ebraismo durante la sua plurimillennaria storia rappresenta una sorta di nucleo segreto del pensiero occidentale, sempre alluso, ma mai accolto nella sua interezza. In questo senso il misticismo ebraico testimonia una delle tradizioni di maggiore profondità simbolica che siano giunte fino a noi. Questo breve lavoro cerca di mettere in evidenza le correlazioni esistenti tra il simbolismo dell'Albero della vita, *Etz Chayim*, della tradizione esoterica ebraica con quello della visione ecobiopsicologica dell'uomo, con particolare riferimento alla processualità archetipica del Sé psicosomatico e alle corrispondenze tra macrocosmo e microcosmo. Si tratta di un tema vasto e complesso rispetto al quale questa sintesi

può solo avere una funzione di stimolo ad ulteriori approfondimenti.

L'Albero della vita apparve per la prima volta nella Spagna, nel XIII secolo, quando le dottrine mistiche diffuse oralmente o affidate alla scrittura all'interno di cerchie elitarie furono denominate *Qabbalah* ed emersero dalla segretezza. In ebraico *Qabbalah* significa propriamente "l'atto di ricevere", termine che va qui inteso nel senso di recepire una tradizione che viene tramandata. L'Albero della vita è un diagramma apparentemente semplice composto da dieci sfere e ventidue linee, tuttavia la sua complessità emerge se lo si intende non come segno, ma come simbolo che in sé contiene un significato visibile e un significato invisibile in cui è nascosta la pluridimensionalità dei sensi infiniti che si aprono all'interpretazione. Secondo la *Qabbalah* il diagramma dell'Albero della vita prende origine da forme a priori (archetipiche) che organizzano l'esperienza per trasformarsi progressivamente nella realtà visibile di ogni giorno. Lo scopo di uno studioso dell'Albero della vita sarà quindi quello di superare la separazione che ha infranto la comunione originaria con il divino per ricollegarsi, attraverso lo studio dei simboli, alla fonte archetipica che ha prodotto ogni cosa, *l'En Soph*, corrispondente in senso psichico alla piena realizzazione del Sé della concezione junghiana. Come ci ricorda Annick de Souzenelle:

Un abisso separa (...) l'umano dal divino. Il superamento di questo abisso è l'oggetto dell'insondabile inquietudine dell'umanità.¹

L'uomo fin dalle origini si è interrogato sul senso della vita. Consapevole delle potenze

¹ De Souzenelle, A., (2007). *Il simbolismo del corpo umano*. Troina: Servitium, p. 88



della natura che lo attorniavano, lo dominavano e a volte lo distruggevano, stabilì un rapporto di senso con esse attribuendo loro immagini e forme umane, le uniche concesse alla sua comprensione. Nacquero così le prime di molte divinità che godettero di culti plurimillenni fino al passaggio al monoteismo. A seconda dell'ambiente si svilupparono le varie religioni, tutte però con lo stesso substrato psichico: proiettare all'esterno di sé ciò che non poteva essere spiegato e compreso. Da queste premesse nell'ebraismo si sviluppò la *Qabbalah*, i cui albori sono velati da misteri e leggende, come spiegazione esoterica ed occulta del significato dalla *Torah*. La *Torah* è costituita da cinque libri: *Genesi*, *Esodo*, *Numeri*, *Levitico* e *Deuteronomio*. È scritta a mano su rotoli di pergamena in tutte le sinagoghe del mondo e molti uomini sono dediti al suo studio e alla sua copiatura.

Lo studio della Torah non è, nell'ebraismo, una professione specialistica (anche se i maestri devono saper insegnare), ma è esso stesso un precetto (...) Perciò narrazione e detti sottolineano fortemente la "via della Torah" (...) e danno ai grandi studiosi di Torah quella posizione che in altre culture hanno il santo, il sapiente o l'eroe.²

La *Qabbalah* può essere vista come un sistema ingegnoso di classificazione delle forze della natura tradotte in simboli e numeri e l'Albero della vita è il diagramma astratto e simbolico che più chiaramente la rappresenta, costituendone la sintesi. Esso è composto da dieci *Sephirot*, ventidue sentieri che le collegano tra loro e tre pilastri che conferiscono all'Albero stabilità, durata e solidità. Il pilastro centrale viene considerato come asse e come unificatore degli opposti. Se venisse eliminato rimarrebbe una dualità separata: l'albero del bene e del male da cui proveniva il frutto che portò la sofferenza e la morte per Adamo e per il genere umano. I cabalisti spiegano, infatti, che Adamo ed Eva si fecero ingannare dal serpente perché nel loro rapporto non avevano ancora trovato l'equilibrio unificatore, dando invece più importanza alla

dualità e alla separazione. Secondo la tradizione cabalistica l'umanità oggi non ha più accesso diretto all'Albero della vita poiché la via che conduce ad esso è guardata da una coppia di cherubini armati di spada fiammeggiante, uno con il volto maschile, l'altro femminile, rappresentativi delle due polarità fondamentali dell'esistenza, gli opposti. Solo con il graduale riavvicinamento e con la riunificazione di tali principi questi angeli cessano di essere i guardiani della soglia, diventando i pilastri di sostegno della porta che riconduce al giardino dell'Eden. Leggendo questa interpretazione in termini junghiani, Adamo ed Eva rappresenterebbero l'essere umano cosmico nelle sue componenti maschili e femminili e ancora più in generale tutte le coppie di opposti. Questo percorso verso l'Uno, che Jung ha definito "processo di individuazione" è una via di maturazione faticosa e complessa. Come egli stesso ci ricorda:

Questo processo significa il "farsi totale" dell'uomo (...) Si tratta di un evento relativamente raro che sperimenta solo colui che ha vissuto il faticoso confronto (...) con le componenti inconsce della personalità.³

Come Adamo si poteva liberare dal veleno solo attraverso le esperienze dolorose, lo stesso accade nel percorso di ogni singolo uomo: la crescita emozionale e spirituale passa attraverso la sofferenza che comincia con il trauma della nascita, la rottura della simbiosi e la separazione dalla madre, proseguendo poi con le prove e i lutti che la vita ci sottopone. I due pilastri laterali non rappresentano solo la polarità maschile e quella femminile, ma qualsiasi coppia di opposti presente nella creazione (perfezione e incompiutezza, armonia e caos ecc.). L'insegnamento principale della dottrina dell'Albero della vita è proprio quello dell'integrazione degli opposti nella consapevolezza individuale e nelle relazioni di coppia, essendo inevitabilmente

² De Benedetti, P., (1999). *Introduzione al giudaismo*. Brescia: Morcelliana, p.32

³ Jung, C.G., (1987). *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*. In Opere (Vol. 8, p.240). Torino: Boringhieri.



il bene e il male due poli della stessa realtà inesprimibile. Lo *hieros gamos* (matrimonio sacro) rappresenta nell'alchimia la conciliazione tra gli opposti che ricostituisce la perdita unità originaria. Jung, interessato alle analogie tra il simbolismo alchemico e quello delle *Sephiroth*, riconosce che:

Nella Qabalah sono presenti elaborate fantasie di hieros gamos, che si estendono alle rappresentazioni dell'unione dell'anima con le Sephiroth del modo della luce e delle tenebre, "giacché il desiderio del mondo superiore verso l'uomo pio è simile al desiderio d'amore che spinge l'uomo verso la donna, quando la chiede in sposa".⁴

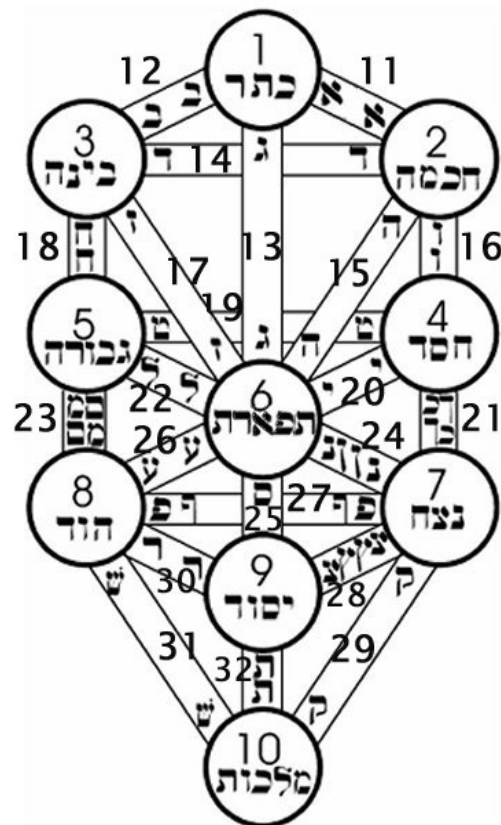
Schematizzazione dell'Albero della vita. L'Albero della vita contiene dieci *Sephirot* (undici se si conta anche Da'at, che solitamente non viene rappresentata), collegate tra loro da ventidue sentieri corrispondenti alle ventidue lettere ebraiche, ognuna delle quali ha importanza per la sua forma, il suo significato e il suo valore numerico. Per i cabalisti le *Sephirot* sono all'origine delle forme dell'esistenza sia nel mondo fisico (sistema solare), sia nel mondo psicologico (tappe dell'evoluzione), sia nel mondo spirituale (la sempre maggiore presa di coscienza). Le dieci *Sephirot* esprimono dunque dieci energie divine, dieci archetipi, e con questo non intendono limitare il divino richiudendolo nel numero dieci, ma aprire ad un mondo di simboli con infiniti significati. Ogni *Sephira* trova la sua essenza singolarmente, ma il suo significato varia dinamicamente unendosi ad altre *Sephirot*, ampliando ulteriormente la possibilità di combinazioni di senso.

- 1 KETHER corona
- 2 CHOCKMAH saggezza
- 3 BINAH comprensione
- 4 CHESED pietà
- 5 GEBURAH forza
- 6 TIPHARET bellezza
- 7 NETZACH vittoria
- 8 HOD splendore
- 9 YESOD fondazione

10 MALKUTH regno

DA'AT (senza numero) conoscenza

La tradizione ebraica riferisce che al di là dall'Albero della vita, al di sopra di *Kether*, c'è *En Soph'or* (infinita luce), seguita da *En Soph* (infinito) e infine *En* (niente), tre aspetti divini non iscritti nell'Albero, che espri-



mono l'inconoscibile, l'innominabile e che si faranno conoscere e nominare attraverso le dieci *Sephirot*. La *Qabalah* considera quindi l'intera creazione come una serie di dieci espressioni dell'Essere che emanano dal nulla, non come evento unico e immediato, ma come un processo continuo. In altre parole, se le emanazioni finissero tutto cesserebbe di esistere tranne *En*, che esiste al di fuori e al di là della creazione. Le *Sephirot* possono essere concettualizzate come i contenitori di ognuna delle emanazioni che provengono da *En Soph'or*. L'energia di ognuna di esse di-

⁴ Jung, C.G., (1987). *I componenti della coniunctio*. In *Opere* (Vol. 14, p.28). Torino: Boringhieri.



venta sempre più densa fino ad arrivare al mondo della materia nell'ultima *Sephira*, nonostante la fonte originaria rimanga immutata e immutabile. Nell'ottica ecobiopsicologica si potrà quindi descrivere l'*En Soph* come l'archetipo del Sé, il modello originario delle forme di cui ogni cosa sensibile è una semplice copia e a cui si potrà accedere solo attraverso una lettura simbolica. Secondo la *Qabalah*, le dieci *Sephirot* e i ventidue sentieri formano insieme le trentadue vie attraverso le quali la divinità scende nell'uomo (che può essere visto, ecobiopsicologicamente, come il Sé archetipico presente nell'individuo dalla nascita), ma anche tramite le quali l'uomo, a sua volta, può ascendere fino alla divinità (alla conoscenza del Sé) in un processo di alchimia spirituale, di maturazione e di crescita interiore (quello che per Jung è il processo di individuazione). In questo percorso ogni figura archetipica esprimerà la tensione verso l'integrazione degli opposti in una sintesi superiore. Si tratta di un processo reso possibile dal simbolo unificatore che rappresenta i sistemi parziali della psiche riuniti, ad un livello superiore, nel Sé. In altri termini tutte le figure archetipiche del processo sono portatrici della "funzione trascendente" per mezzo della quale, secondo Jung, la peculiarità operativa del simbolo permette alla psiche di approdare ad una situazione psichica nuova, più integrata e meno conflittuale, che non sia intellettualistica né estetizzante. Nell'Albero della vita, l'ordinamento simmetrico delle parti e la loro relazione con un centro è in esso legge e ne costituisce l'essenza, come nei *mandala*, rappresentando una visione totale, sintetica e simbolica di microcosmo e macrocosmo.

È possibile riconoscere un'interessante analogia tra l'Albero della vita e la filosofia taoista poiché, mentre i cabalisti chiamano la fonte originaria da cui ha avuto origine il tutto *En* (niente), i taoisti la definiscono *Wu Chi* (nessun chi), ma per entrambi è qualcosa che va al di là delle leggi della scienza, al di là di ogni parola e pensiero. *Wu chi* e *En Soph* possono essere sperimentati, ma non descritti e il percorso che conduce a loro è la meditazione, poiché sperimentare questo

nulla è una profonda esperienza mistica. Dal *Wu Chi* o dall'*En Soph* emerge l'unità originale, il luogo in cui tutte le cose esistevano in uno stato indifferenziato, un luogo dove non esistevano gli opposti, chiamato *Kether* dai cabalisti e *T'ai chi* dai taoisti. La prima *Sephira* fu quindi *Kether* e in essa ogni cosa esiste nell'unità, non ci sono gli opposti. Da *Kether* scaturì poi la seconda *Sephira*, *Chokmah* (saggezza), a cui i cabalisti si riferiscono come al padre. *Chokmah* emanò poi la terza *Sephira*, *Binah* (comprensione) e ad essa ci si riferisce come alla madre. *Kether*, *Chokmah* e *Binah* sono chiamate le "celesti" e sono le tre forze più potenti nel creato da cui poi deriverà tutto il resto della creazione. Il pensiero taoista è perfettamente concordante con quello cabalistico e recita: "Il Tao produce l'Uno, l'Uno produce il Due, il Due produce il Tre, il Tre produce tutte le miriadi di esseri". Ne discende che l'Uno è il *T'ai chi* (*Kether*), il Due sono lo *Yin* e lo *Yang*, il padre e la madre (*Chokmah* e *Binah*) e il Tre rappresenta le tre forze elementari che presiedono alla creazione di tutto.

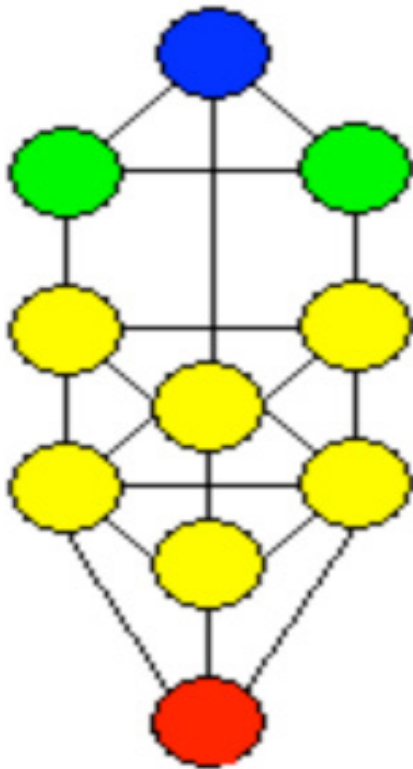
Macrocosmo e microcosmo. L'Albero della vita può essere considerato secondo due visioni tra loro analogicamente correlate: quella del macrocosmo e quella del microcosmo poiché gli stessi piani dell'uomo si possono trovare nell'universo e lo stesso vale per i principi che lo regolano. Questa corrispondenza è confermata da Jung nei suoi approfondimenti sul simbolismo dell'albero filosofico:

*L'albero di Sephirot (...) raffigura, effettivamente, un albero cosmico mistico (...) ma raffigura al tempo stesso l'uomo.*⁵

Nella prospettiva del macrocosmo i cabalisti prendono in considerazione quattro mondi: *ATZILUTH*: mondo degli archetipi, mondo spirituale. Costituito da *Kether* (•).

BRIAH: mondo della creazione, mondo psichico, mondo causale. Costituito da *Binah* e

⁵ Jung, C.G., (1987). *L'albero filosofico*. In Opere (Vol. 14, p.332). Torino: Boringhieri.



Chokmah (•) che contengono l'antitesi dei principi maschile e femminile.

YETZIRAH: mondo della formazione, mondo mentale, mondo astrale. Costituito da *Yesod*, *Hod*, *Netzach*, *Tipharet*, *Geburah*, *Chesed* (•).

ASSIAH: mondo dell'azione, mondo fisico, mondo della materia. Costituito da *Malkuth* (•).

Questi piani dell'universo, come i principi dell'uomo, non sono sovrapposti, ma si compenetrano, così come il liquido può penetrare il solido, il gas può penetrare il liquido e l'etere penetra tutta la materia estendendosi al di là dell'atmosfera terrestre.

L'uomo ospita in sé tutti i principi dell'universo, anche quelli divini e per questo viene chiamato microcosmo. Se consideriamo il microcosmo, il mondo dell'uomo, l'Albero della vita viene diviso in tre parti:

NEPHESCH: corpo fisico. Corrisponde a *Malkuth* (•), l'lo animale, l'lo inferiore attraverso il quale *Ruach*, la mente raziozinante viene in contatto con la materia.

RUACH: anima. È la mente o intelletto, formata dalle *Sephirot* inferiori: *Yesod*, *Hod*,

Netzach, *Tipharet*, *Geburah*, *Chesed* (•), corrisponde anche alla volontà umana.

NESCHAMAH: spirito. Corrisponde a *Binah* e *Chochmah* (•), l'lo superiore, ma comprende anche *Keter* (•), la scintilla divina.

Sephirot. La parola *Sephira* ha tre significati:

1. Numero: le *Sephirot* possono essere comprese tramite le qualità possedute dai primi dieci numeri interi. Lo studio della Cabala comporta, infatti, la chiarificazione dei concetti della numerologia e la loro ridefinizione. Dove le *Sephirot* agiscono come numeri rappresentano le unità fondamentali delle leggi fisiche e matematiche su cui poggia la creazione, sono l'energia contenuta nei numeri, la loro identità segreta e la loro vibrazione.

2. Libro o racconto: tutto il contenuto della Bibbia può venire letto attraverso le *Sephirot*. Dove le *Sephirot* agiscono come libro o racconto rappresentano le fasi dell'emanazione divina e si concretizzano in esempi pratici, morali e psicologici (capacità di conoscere, di amare, di avere fiducia).

3. Luce o pietra preziosa: in questo caso le *Sephirot* sono centri dai quali viene irradiata un'energia superiore, puro riflesso della coscienza divina. Esse sono dei fari che guidano lungo il cammino di crescita morale e spirituale, sono delle pietre preziose che arricchiscono colui che le scopre, tramite la presa di coscienza dei loro significati e la messa in pratica dei loro insegnamenti.

In ogni *Sephira* possiamo riconoscere quindi tre livelli che ritroviamo in natura e nelle facoltà umane: fisico, psichico-mentale e spirituale.

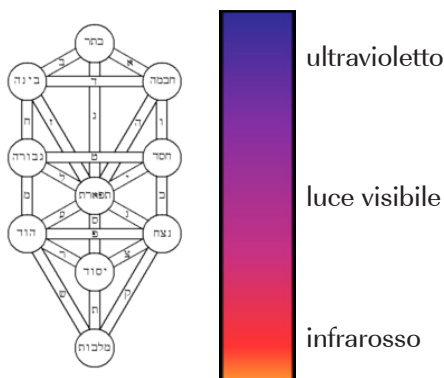
Jung definisce il Sé non solo come il centro della vita psichica, ma anche come l'intero perimetro che abbraccia soma, coscienza, inconscio e lo stesso può valere per le . Come queste il Sé si manifesta spesso in una diade di opposti, luce ed ombra che nello stesso Sé trovano la loro giustificazione.

Se assimiliamo il simbolismo delle *Sephirot* al Sé e lo leggiamo alla luce della concezione ecobiopsicologica, possiamo riconoscere tre significati fondamentali attribuiti al Sé come



istanza fondamentale della vita psicosomatica:

1. Il Sé è il nucleo della coscienza autoriflessiva.
2. Il Sé è il nucleo permanente e continuativo dei cambiamenti somatici e psichici che caratterizzano l'esistenza individuale; si esprime nel Sé corporeo, nel Sé espressivo inteso come capacità di esprimersi in ambiti comunicativi alternativi a quello verbale, nel Sé verbale da considerarsi come la capacità di tradurre in parole adeguate le emozioni del corpo e dei comportamenti e nel Sé sessuato, cioè nella capacità di raggiungere una rappresentazione di sé sufficientemente valorizzata da porsi come soggetto di scambio affettivo in grado di costruire relazioni oggettuali mature.⁶
3. Il Sé rappresenta la totalità delle istanze psichiche relative alla propria persona in contrapposizione alle relazioni d'oggetto.⁷



L'Albero della vita e il continuum infrarosso-ultravioletto. L'Albero della vita può essere assimilato ad un *mandala*, un'architettura simbolica in cui si condensano tutte le forze e i fattori dell'universo correlati tra loro. Da un punto di vista junghiano esso simboleggia tutte le rappresentazioni degli archetipi, dalla più concreta alla più spirituale. In un'ottica ecobiopsicologica può essere paragonato allo spettro della luce che comprende tutti i gradi di manifestazione di un archetipo.

In questo confronto si può osservare come nella zona infrarossa si colloca la *Sephira Malkuth*, che corrisponde alla parte manifesta del simbolo, ai fenomeni fisici, dove i processi psichici si traducono in processi somatici funzionali, più o meno istintuali a secondo del livello della scala filogenetica in cui ci si situa. Sarà però proprio nel momento della manifestazione concreta che bisognerà avere la forza per iniziare il percorso in senso inverso, da *Malkuth* a *Kether*, collegandosi a *Yesod* per poi salire sempre più in alto, soppesando ogni circostanza, azione o evento al fine di andare oltre la manifestazione concreta. Nel continuum infrarosso-ultravioletto la banda infrarossa corrisponde, infatti, agli istinti delle specie viventi che l'uomo mantiene in sé in forma sublimata nelle funzioni corporee (*Malkuth*). Lo scopo consapevole o inconsapevole di ogni individuo è quello di raggiungere, attraverso un processo evolutivo, la banda dell'ultravioletto (*Kether*) in cui le immagini archetipiche si presentano progressivamente sempre più amplificate nel loro simbolismo in senso spirituale, corrispondente agli effetti più sottili della psiche e dello spirito che la coscienza ordinaria non coglie. Tra l'infrarosso e l'ultravioletto ci sarà poi la banda del visibile che corrisponde alla realtà della coscienza egoica capace di cogliere solo gli aspetti particolari della totipotenzialità energetica dell'archetipo. Nell'Albero della vita saremo a questo punto in *Tiphareth*, la sesta *Sephira*, che, come abbiamo detto, rappresenta una sorta di sole interiore che rischiarava l'intelletto dell'uomo per poi permettergli l'accesso ad un livello superiore di consapevolezza.

Il continuum infrarosso-ultravioletto, come il percorso da *Malkuth* a *Keter*, rappresenta la corrispondenza analogica tra materia e psiche in tutte le manifestazioni dell'universo. Riconoscendo ed integrando le affinità tra un singolo aspetto dell'infrarosso (*Malkuth*) e quello corrispondente dell'ultravioletto (*Kether*), si avrà un'amplificazione della co-

⁶ Invernizzi, G., (1996). *Manuale di psichiatria e psicologia dinamica*. Milano: McGraw-Hill, Milano, pp. 371-372, 462

⁷ Frigoli, D., (2007). *Fondamenti di psicoterapia ecobiopsicologica*. Armando Editore: Roma, p. 116



scienza nella direzione dell'archetipo del Sé. L'Albero della vita è quindi una via di realizzazione che ha come scopo l'individuazione, attraverso la meditazione sugli attributi delle singole sfere. Nella concezione cabalistica la meta finale è la conoscenza *Tipharica*, che corrisponde alla realizzazione del proprio Sé. La via che porta da *Malkuth* all'*En Soph*, all'Assoluto, in ebraico è chiamata *Teshuvah* e passa per *Thipareth*, il centro dell'Albero. Questa è la prima tappa, che corrisponde alla consapevolezza e alla verbalizzazione, cominciando così a porre sotto controllo il quaternario inferiore, la parte infrarossa, costituito da *Malkuth*, *Yesod*, *Hod* e *Netzach*. Si potrà accedere a *Thipareth* quando i tre veicoli della personalità, fisico-istintivo, emotivo e mentale, saranno portati a coscienza. L'evoluzione consiste quindi nel trasformare le esperienze umane in stati di coscienza progressivamente più elevati per mezzo della tensione spirituale latente in noi.

Questa concezione suscita domande che non si possono eludere. Perché l'energia divina si è trasformata in materia se lo scopo è il raggiungimento dell'energia stessa? Perché l'archetipo si è trasformato in materia se lo scopo è la conquista, nel corso della vita, della maggiore consapevolezza possibile dell'archetipo stesso? La risposta che scaturisce dalla tradizione esoterica è che la vita divina, identificandosi con la materia ne diventa cosciente nel momento in cui viene limitata da essa. Il tema del limite pone un'ulteriore questione circa l'uomo e la sofferenza: perché il corpo si ammala? Ciò accade quando è necessario che l'uomo, attraverso una limitazione, giunga alla consapevolezza di ciò che non va ed operi per un suo superamento. Solo in seguito alla consapevolezza di questo limite l'individuo può auto-riconoscersi ed auto-affermarsi. Il riconoscimento del limite è dunque il passaggio necessario per cessare di identificarsi con esso e iniziare un cammino evolutivo, discriminando tra ciò che è illusorio e relativo da ciò che invece è pienamente reale. Il tutto avviene in modo graduale nel passaggio dall'infrarosso all'ultravioletto, liberandosi dall'effimero dopo essersene appropriati in

termini di consapevolezza. Solo successivamente possiamo definire il distacco come la tecnica dell'evoluzione della coscienza che conduce alla liberazione dalla prigionia della forma. Il distacco è l'atteggiamento di colui che ha superato limitazioni e attaccamenti (non di colui che li ha negati o rimossi) e che è libero dalla sete di qualunque oggetto. L'energia precedentemente dissipata negli attaccamenti illusori può allora essere trasformata in consapevolezza ed evoluzione.

L'Albero della vita e il corpo umano. Il soma e la psiche possono essere considerati in virtù del loro grado di partecipazione ad una terza dimensione dell'essere, quella spirituale. Diversamente corpo e psiche non "sono", ma semplicemente "esistono". Nel primo caso si è in presenza di una triade composta da spirito, anima e corpo, chiamata a produrre l'armonia necessaria per permettere la manifestazione del mondo superiore, dell'*En Soph*, del Sé. Nel secondo caso si è invece solo schiavi e schiacciati dall'esistenza. Scopo dell'Albero della vita è indicare un percorso per superare il semplice fatto di "esistere" imparando ad "essere". Vediamo allora sinteticamente come si può immaginare il corpo umano inserito nell'Albero della vita.

Tralasciando la parte superiore, *Kether*, possiamo osservare tre assi verticali due dei quali rappresentano la parte destra e la parte sinistra del corpo (pilastri laterali) e uno la colonna vertebrale (pilastro centrale, da *Kether* a *Malkuth*) che unisce la testa ai piedi, la corona al regno. Con questa schematizzazione si può notare chiaramente come i due pilastri laterali siano la manifestazione della dualità nata dall'unità. Il principio originario si manifesta inizialmente attraverso due aspetti contraddittori e antinomici, contraddizione che l'uomo dovrà superare per potersi avvicinare al divino. Su queste strutture verticali poggiano tre triangoli. Il primo corrisponde alla testa e rivela l'essenza della divinità, la sua trascendenza. Anche sul piano corporeo la testa è il principio delle più nobili facoltà e simboleggia il divino nell'uomo. Il secondo triangolo, rovesciato, corrisponde



al complesso cardio-polmonare e cela il mistero delle leggi ontologiche e liberanti. È la sede spirituale e matrice del divino; lo si può intendere anche come un fornello alchemico che permette a ciò che sta sotto (infrarosso) di trasformarsi per passare ad un livello superiore (ultravioletto) attraverso la consapevolezza. Tra questi due triangoli si erge il collo, che rappresenta l'interruzione della comunicazione tra il petto e la testa e impedisce a *Tipheret* di riflettere la sommità del primo triangolo, *Kether*, la corona. Se il triangolo inferiore si nutrisse del primo triangolo senza trasformazioni, si avrebbe pura affettività sentimentale. L'individuo sarebbe preda delle passioni e delle dualità che lo strazierebbero. Quando il cuore si nutre invece del triangolo superiore, superando la dualità, sarà padrone del suo affetto. Sarà sempre necessaria una mediazione perché questo controllo non sia troppo rigido. Senza la testa (senza le sue funzioni) l'uomo sarebbe costretto a ricreare una falsa, proiettando tutti i valori che deifica, ma che sono illusori. La meta sarà quindi sbarazzarsi delle false teste, purificandosi da valori relativi e talvolta erronei, che le pseudo-intelligenze e le pseudo-saggezze di queste maschere rappresentano. Il terzo triangolo, sempre rovesciato, corrisponde al plesso urogenitale (basso ventre e pube) ed è la sede dell'essere psichico e matrice dell'essere spirituale. Se questo si nutrirà dall'alto, porterà a compimento l'essere spirituale che ha in gestazione; se invece si nutrirà dal basso, di piaceri sensorio-affettivi, lascerà l'uomo nell'erranza che le tenebre psicosomatiche implicano. Possiamo osservare come il bambino concreto entri nel mondo passando dal collo dell'utero che può essere considerato l'omologo, in basso, del collo cranico. Quest'ultimo si apre a fiore di loto verso alto e attraverso quel passaggio potrà nascere l'essere deificato, che dalla dualità tornerà all'Uno. Come nel vertice del primo triangolo stanno quindi i capelli, così nei vertici del secondo e del terzo si troveranno i sistemi piliferi sviluppati nell'uomo a livello del cavo epigastrico e del pube. Si possono riassumere i tre triangoli in questo modo (a) il terzo triangolo in basso come

l'area genitale, la zona terrena dove le modificazioni avvengono biologicamente, (b) il secondo triangolo come un fornello alchemico che dopo aver superato la difficoltà trasformativa del collo e del ribaltamento arriva (c) al primo triangolo, quello dell'individuazione.

Le *Sephirot* sono state infine associate a parti del corpo e a sistemi corporei secondo lo schema che segue:

- *Kether*: cranio/sistema respiratorio, energia
- *Chokmah*: emisfero cerebrale destro/midollo
- *Binah*: emisfero cerebrale sinistro/sangue
- *Da'At* (senza numero): cervelletto/sistema nervoso
- *Chesed*: braccio destro/scheletro
- *Geburah*: braccio sinistro/ sistema circolatorio
- *Tipheret*: torace/sistema muscolare
- *Netzach*: gamba destra/sistema endocrino
- *Hod*: gamba sinistra/sistema immunitario
- *Yesod*: organi riproduttivi/sistema riproduttivi
- *Malkhut*: bocca (piedi)/sistema digestivo

Queste corrispondenze psicosomatiche sono state mirabilmente esplorate sul piano simbolico da Annick De Souzenelle⁸, alla cui opera si rimanda non essendoci qui lo spazio per un loro approfondimento. In conclusione il simbolismo dell'Albero della vita ci dice che il percorso dell'uomo verso la conoscenza è un passaggio dall'esperienza fisica a una realtà sempre più spirituale, un moto che procede dalla grossolanità dei corpi verso l'immaterialità della luce. Il piano materiale viene trasceso, ma non eliminato. Non esiste possibilità evolutiva senza l'integrazione progressiva dei diversi livelli dell'esperienza somatica, psichica e spirituale che sono simbolizzati nell'Albero della vita. Il simbolismo delle *Sephirot* disegna un diagramma nel quale ciò che è in basso accoglie e riflette la luce che procede dall'alto e in questo riflettere trova la ragione della propria esistenza. Allo stesso modo, la *Sephira* più bassa,

⁸ *Op. cit.*



Malkhut, viene immaginata come un corpo opaco che riverbera la luce proveniente da *Kether*, la più elevata, così l'uomo riflette lo splendore superiore mentre si avvia sul cammino del sapere nel suo percorso verso la realizzazione del Sé. Come nella concezione ecobiopsicologica dell'uomo, le *Sephirot* rendono manifesta la convinzione che ci sia tra i livelli dell'esistente solo una differenza di grado e non di struttura e che, proprio grazie a questa analogia strutturale, la mente possa procedere lungo la direttrice verticale che la eleva. Il grado più basso e quello più alto di tale linea verticale, pur nell'incomparabile salto di intensità, sono infatti organizzati secondo il medesimo principio archetipico.

Bibliografia

- Aivanhov, O.M., (1999). *Lo yoga del Sole, gli splendori di Tipheret*. Perugia: Edizioni Prosveta
- De Benedetti, P., (1999). *Introduzione al giudaismo*. Brescia: Morcelliana
- De Souzaenelle, A., (2005). *Il simbolismo del corpo umano*. Padova: Servitium
- Crivelli, N., (2008). *I numeri del segreto*. Roma: Edizioni Elysium
- Frigoli, D., (2007). *Fondamenti di psicoterapia ecobiopsicologica*. Armando Editore: Roma
- Frigoli, D., (2004). *Ecobiopsicologia. La psicosomatica della complessità*. Roma: M&B
- Frigoli, D., Cavallari, G., Ottolenghi, D., (2000). *La psicosomatica, il significato e il senso della malattia*. Milano: Xenia
- Ghiandelli, G., (2007). *L'albero della vita*. Cervia: Efis Editore.
- Invernizzi, G., (1996). *Manuale di psichiatria e psicologia dinamica*. Milano: McGraw-Hill
- Jung, C.G., (1987). *L'albero filosofico*. In Opere (Vol. 14). Torino: Boringhieri.
- Jung, C.G., (1987). *I componenti della coniunctio*. In Opere, (Vol. 14). Torino: Boringhieri
- Jung, C.G., (1987). *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*. In Opere (Vol. 8). Torino: Boringhieri
- Mandel, G., (2000). *L'alfabeto ebraico*: Milano: Mondadori
- Schwartz, A., (2004). *Cabbalà e alchimia. Saggi sugli archetipi comuni*. Milano: Garzanti
- Yudelove, E.S., (2002). *Il tao e l'albero della vita*. Roma: Hermes Edizioni