



# MATERIA PRIMA

RIVISTA DI PSICOSOMATICA ECOBIOPSIKOLOGICA

Numero XIV - Giugno 2015 - Anno V

## Oriente e Occidente tra Materia e Spirito







di **Giorgio Cavallari**

*Psichiatra, Psicoterapeuta, Direttore Generale dell'ANEB,  
Direttore Scientifico dell'Istituto di Psicoterapia ANEB  
e Responsabile Scientifico dell'area editoriale.*

Il primo respiro profondo che anima questo numero di *Materia Prima* risuona nell'intelligente provocazione che Diego Frigoli e Guglielmina Ronchi lanciano nel loro saggio sullo *Zazen* che leggerete in questo numero: "Gli occidentali sono pazzi, soprattutto gli intellettuali. Tengono in considerazione soltanto la saggezza". La frase è di Taisen Deshimaru, il maestro che negli anni sessanta introdusse in Europa la pratica dello *Zazen*, ma in queste pagine risuona appunto come un richiamo vivace e coraggioso che l'ecobiopsicologia lancia alla cultura occidentale, cui tutti noi più o meno felicemente apparteniamo, affinché questa non "impazzisca" di una forma particolare di saggezza, cioè di un sapere occidentale che rischia di essere inadeguato di fronte alle nuove sfide rappresentate dalla crisi, spirituale e di pensiero, prima ancora che economica e politica.

Il secondo respiro profondo che attraversa queste pagine è quello di un "ritrovamento" che l'ecobiopsicologia sta conducendo in questi anni: il ritrovamento dell'amore coraggioso per una identità, un'anima, una cultura occidentali, un amore che non è escludente verso ciò che non è occidentale (in queste pagine si parlerà molto anche delle culture orientali), ma che ritrova qualcosa di autentico, di originale, di ancora prezioso in radici da non dimenticare frettolosamente.

Vogliamo subito precisare che l'ecobiopsicologia non si unisce, come scuola di pensiero, al coro più o meno intonato di chi vede nella scienza e nella tecnica, e nel loro legame con lo sviluppo economico, la *malattia* o la *folia* che spiegherebbero la "crisi" dell'Occidente ed il suo andare pericolosamente alla deriva fra smarrimento dei valori e incombenti catastrofi sociali ed ecologiche. Semmai proprio la scienza, nei suoi esponenti più avanzati e lucidi, mette rigorosamente in discussione una idea ingenua, banalmente pragmatica di progresso: pensiamo all'attenzione allarmata (ma anche alle possibili soluzioni adottabili) che fisici, chimici, biologi evocano con studi rigorosi attorno ai problemi ambientali, ricordandoci che apparteniamo ad una *Madre Terra*, ad una *Gaia* senza la quale non possiamo semplicemente vivere. Pensiamo alle neuroscienze, che ben lungi dal riportare il funzionamento della mente umana al pragmatismo cognitivista illuminano ogni giorno di più il fatto che le emozioni, le passioni, le vibrazioni affettive sono il vero substrato della vita e della salute psichica. Piuttosto, l'ecobiopsicologia ritiene che la crisi che l'Occidente sta vivendo evidenzia con più drammaticità lo scontro che è in atto al suo interno, e più in generale nella coscienza umana collettiva. Lo scontro vede da un lato, come verrà evocato in altre pagine di questo numero, da un lato il tentativo di prevalere del *segno* e dell'idea ingenua di *progresso senza limiti*, e dall'altra il porsi con risonanza profonda delle idee di *simbolo* e di *destino*.

Da un lato l'affacciarsi prepotente, nella ricerca di soluzioni per i problemi politici, economici e sociali di forme di "semplificazione" e di spiegazioni unilaterali dei fenomeni, con proposte di soluzioni rapide, definitive quanto pericolose, e dall'altro un atteggiamento ispirato da un approccio *complesso*, articolato ai fenomeni, attento alla rete e non solo ai singoli nodi, per quanto drammaticamente evidenti.

Da un lato proliferano le spiegazioni "semplici", basate sul principio di causa-effetto, con proposta di soluzioni altrettanto semplici, più spesso centrate sull'individuazione ed eliminazione del classico capro espiatorio. Dall'altro, e l'ecobiopsicologia si muove in tale solco, si fanno avanti (e non dobbiamo essere così pessimisti da non vederle, anche se non fanno eccessivo clamore) gli approcci complessi, a rete, riflessivi. Su questo l'"Occidente" ha ancora molto da dire: terra dove il sole tramonta, quindi terra della parte finale del giorno, dove si accumula la fatica, ma anche l'esperienza, la memoria, ciò che si è imparato dagli errori commessi nella lunga giornata. Il momento del tramonto è anche quello della sosta, della riflessione, del riposo e della rigenerazione. Infine, è anche quello dove *si vede l'alba dentro l'imbrunire*. Tutto questo è l'Occidente di oggi, terra da abitare, da abitare con coraggio, ma quel coraggio che non è impulsività o avventatezza ma quello che Socrate, nel dialogo platonico Lachete, definì "la scienza delle cose da temere a da osare".

In questo Occidente c'è un lembo di terra che si spinge nel Mediterraneo, ed è l'Italia, dove è nata l'ecobiopsicologia. Dove non sono nati Hegel e Freud, ma Giordano Bruno e Diego Frigoli. Non i costruttori di immensi sistemi omnicomprensivi, ma gli indagatori di preziose pieghe della *Natura*.

Il lettore troverà in questo numero anche i contributi di due amici e colleghi che non sono più fisicamente con noi, perché purtroppo prematuramente scomparsi: Mina Ronchi e Donato Ottolenghi. Ricordiamo i dialoghi appassionati che abbiamo intessuto con loro attorno ai temi ecobiopsicologici in tante occasioni, sia istituzionali che informali. Quello che diciamo e insegniamo attorno all'ecobiopsicologia, le ricerche che continuiamo a condurre portano ancora la loro impronta, originale, intelligente e innovativa. Per tutta la loro vita hanno cercato di interrogarsi, di capire, di aprire nuove prospettive attorno alla vita simbolica, all'analogia, al rapporto della mente dell'uomo con il suo corpo, con la natura, con tutto ciò che ci circonda. Ci piace pensare che, in qualche luogo del nostro universo, continuino ad appassionarsi ai temi che appassionano anche noi, e a cercare nuove verità in entanglement con noi. Li ricordiamo con affetto, e li rileggiamo con piacere e gratitudine.

---

## Sommario

ECOBIOPSICOLOGIA E IL PROGETTO DELLA PERSONA: percorso diagnostico individuativo e olistico. di Francesca Violi .....	8
IL SIMBOLISMO DELLO YIN E DELLO YANG NELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE. di Diego Frigoli .....	18
IL TOCCO CHE RISUONA IN FASE. Lo shiatsu incontra la fisica quantistica. di Gerardo Ceriale .....	23
AGGRESSIVITÀ A FIOR DI PELLE. di Diego Frigoli e Donato Ottolenghi .....	37
ZAZEN: ATTRAVERSO IL CORPO - OLTRE LA DUALITÀ DELL'IO. di Diego Frigoli e Guglielmina Ronchi .....	46
OCCIDENTE: LA TERRA DEL TRAMONTO. di Massimiliano Aramini .....	56
LE PERSONE SAGGE RIFLETTONO AL TRAMONTO: brevi pensieri su "Occidente: la terra del tramonto" di Dr. M. Aramini di Giorgio Cavallari .....	73
L'ALBERO DELLA VITA NELLA QABBALAH EBRAICA: una lettura ecobiopsicologica. di Ambra Pittalis .....	77
SMARRIRE LA SALVEZZA NELLO ZODIACO. di Ezio Albrile .....	86

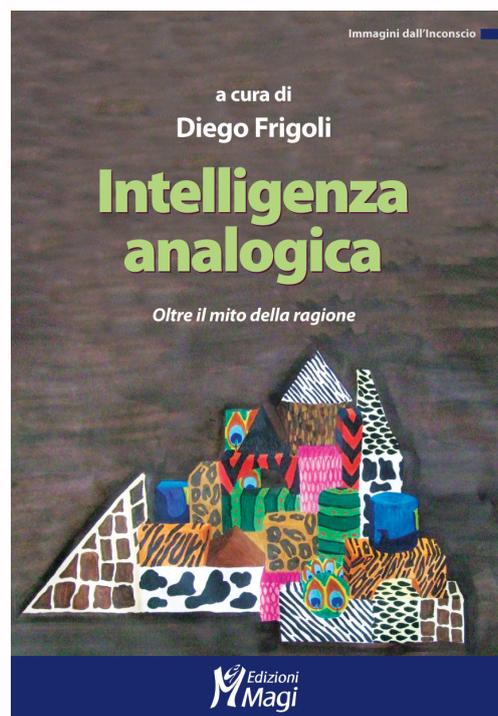


### NUOVA PUBBLICAZIONE

# INTELLIGENZA ANALOGICA OLTRE IL MITO DELLA RAGIONE

a cura di DIEGO FRIGOLI  
edizioni Magi

Queste pagine si inseriscono nella cornice degli ultimi sviluppi delle scienze della complessità e propongono una lettura dell'Uomo e della Natura come aspetti unificati da un unico centro: l'archetipo del Sé. Il simbolo e l'analogia, figure dell'immaginario nonché strumenti mentali troppo spesso trascurati perché considerati inadatti dalla mentalità tecnico-scientifica a descrivere con rigore l'apertura conoscitiva all'uomo e al mondo, diventano le chiavi di accesso allo studio della Vita, in grado di operare quella «trasmutazione» concettuale della coscienza umana necessaria al superamento del varco presente fra il mondo della «scienza» e quello degli archetipi. Insegnando che l'albero simboleggia i molteplici stati dell'essere, o che la montagna è il simbolo del cosmo, o che il sole è il simbolo dei principi intelligibili dell'universo si mette in evidenza come le varie forme della vita siano intrecciate in modo indissolubile con le immagini archetipiche scaturite dalla profondità dell'inconscio collettivo. Questo intreccio è definito dalle scienze della complessità ecobiopsicologia, disciplina che ricerca nel mondo (eco) un ordine presente sia nell'evoluzione del corpo dell'uomo (bios) sia nella storia dei suoi sogni e dei suoi miti (psiche) e che, indagando il codice psicosomatico del vivente, cerca di ricomporre quell'harmonia mundi secondo cui il microcosmo-uomo risponde a una logica analoga a quella del microcosmo-universo.



---

“IL SIMBOLO È UNA REALTÀ MATERIALE LA CUI CONFIGURAZIONE PERMETTE  
A UNA REALTÀ SPIRITUALE E DINAMICA DI MANIFESTARSI.” H. Fischer-Barnicol

---



## ECOBIOPSICOLOGIA E IL PROGETTO DELLA PERSONA: percorso diagnostico individuativo e olistico

*Le recenti scoperte scientifiche forniscono una visione complessa e implicata della realtà che mette in crisi il metodo scientifico analitico Occidentale. Diventa necessario interrogarsi su cosa si intenda per complessità e muoversi verso la creazione di un linguaggio che recuperi il valore simbolico della realtà con l'obiettivo comune di costruire percorsi individuali olistici e consapevoli che vedano al centro la persona e le relazioni uomo-mondo. L'Ecobiopsicologia che sintetizza gli studi della psicosomatica più attuali, con il tema dell'inconscio, con la teoria dell'attaccamento e le neuroscienze, tenendo in considerazione tutti gli sviluppi e gli studi più attuali di biologia ed epigenetica in Occidente, soddisfa le condizioni del pensiero complesso e si propone come metodo psicoterapeutico olografico e analogico aperto al dialogo con le medicine orientali, anch'esse basate sul linguaggio analogico-simbolico.*

### Premesse

La visione della realtà dell'uomo e della natura, che s'impone oggi sul piano scientifico, "si fonda sulla consapevolezza dell'essenziale interrelazione e indipendenza di tutti i fenomeni fisici, biologici, psicologici, sociali e culturali"<sup>1</sup>.

Tutti gli scienziati e i ricercatori che hanno affrontato il problema sono d'accordo nel sottolineare che le nostre interazioni con l'ambiente fisico, psicologico e sociale, determinano uno scambio continuo di informazioni tali da costruire una visione di una realtà complessa e dunque non facilmente indagabile con le regole del determinismo scientifico. È stato proprio lo sviluppo delle conoscenze scientifiche che ha messo in crisi la "scientificità" del metodo di indagine come paradigma indispensabile all'investigazione fisica del mondo, aprendo una riflessione critica sulla possibilità di esaurire

descrittivamente la complessità del mondo dei fenomeni con il ricorso a leggi deterministiche semplici. Il risultato di questa riflessione critica è stato l'affermarsi di una nuova logica descrittiva, che rifiuta la semplificazione eccessiva di approccio alla realtà per recuperarla nel suo valore di "complessità". Il termine *complexus* è participio passato del verbo latino *complexor* che significa intrecciare, abbracciare, comprendere, tenere insieme. Ciò rimanda ai concetti di **relazione** di **organizzazione**.

Il problema che pone allo scienziato il tema della "complessità" si gioca su numerosi fronti. Il **pensiero complesso** capace di far progredire verso un nuovo modo di descrivere la realtà, secondo il filosofo e sociologo Edgar Morin "deve soddisfare numerosissime condizioni per essere tale:

1. deve collegare l'oggetto al soggetto e al suo ambiente;
2. deve considerare l'oggetto non come oggetto ma come sistema/organizzazione che pone i problemi complessi dell'organizzazione;
3. deve rispettare la multidimensionalità degli esseri e delle cose;
4. non deve più disintegrare il mondo dei fenomeni, ma tentare di renderne conto mutilandolo il meno possibile;
5. deve lavorare/dialogare con l'incertezza, con l'**irrazionalizzabile**<sup>2</sup>.

Ciò significa innanzitutto che i fenomeni complessi dipendono sempre dal loro osservatore. Ciò che rappresentiamo del mondo dipende sempre dal nostro punto di vista e la realtà è la somma dei differenti punti di vista in relazione tra loro. Ogni processo di conoscenza quindi è il prodotto di una mente

<sup>1</sup> Capra, F., (1986). *Il punto di svolta*. Milano: Feltrinelli pag. 221

<sup>2</sup> Morin, E., (1988). *Scienza con coscienza*. Milano: Franco Angeli, Milano, pag. 198



umana (coscienza) la quale ha una propria storia, una provenienza sociale e culturale e una propria ideologia che influenza ciò che è percepito. L'essere umano è da considerarsi come un sistema/organizzazione, che è qualcosa di più della somma delle sue parti e anche qualcosa di meno, in quanto in quella forma che possiede perde le infinite potenzialità. Per esempio un individuo, composto dalle sue caratteristiche genetiche, fisiche, emotive, caratteriali e comportamentali, se considerato all'interno del sistema famiglia, assume caratteristiche legate al "ruolo" e alle relazioni che ne determinano la crescita come figlio, che da solo, fuori dal sistema famiglia composto a sua volta da individui con una personalità, una storia, una cultura, non avrebbe; dunque possiamo dire che sia definito da tale relazione di appartenenza. Nel linguaggio biologico possiamo descrivere tale fenomeno definendo l'uomo come una struttura dotata di un sistema/organizzazione chiuso ma aperto ai flussi informativi. Più semplicemente ciò descrive l'inseparabilità dell'uomo dal suo ambiente perché è sistema chiuso nell'omeostasi del sistema psicosomatico e sistema aperto in quanto in relazione costante col mondo a cui appartiene. Per tale motivo diventa necessario parlare di multidimensionalità dell'uomo e connotare tale complessità tenendo in considerazione le reti di relazioni che si formano ai diversi livelli di organizzazione culturale, sociale, ideologica, naturale, ambientale.

Il pensiero complesso richiede dunque uno sforzo continuo a tenere insieme le varie parti del sistema e tener conto delle relazioni reciproche, cercando di considerarle il più possibile alla luce dell'ambiente in cui l'individuo cresce.

Ci resta una domanda da porci per comprendere completamente le parole di Morin: chiederci che cos'è l'**irrazionalizzabile**?

L'irrazionalizzabile si coniuga:

- nelle **neuroscienze** come **memoria implicita**. La memoria implicita è una parte della memoria a lungo termine, una forma di memoria alla quale non possiamo accedere consapevolmente e non è verbalizzabile attraverso il linguaggio, è la memoria

di esperienze somato-sensoriali e cognitive preverbal e verbali che coinvolge i circuiti neuronali, corticali e sottocorticali. Per esempio il bambino quando nasce non possiede le strutture per affrontare il mondo e ha di esso una visione frammentata. Se pensiamo a quando esso comincia a riconoscere il volto della madre, egli coglie alcuni dettagli del volto e spontaneamente mette in atto un movimento verso di esso. Sarà la relazione con la madre che via via connoterà e contribuirà alla costruzione di una realtà unitaria durante il periodo di crescita in cui il bambino maturerà le strutture psicofisiche necessarie ad affrontare il mondo come imparare a parlare, leggere, scrivere, mappare gli spazi. Queste significative esperienze affettive con la madre sono le esperienze memorizzate e costituiscono l'essenza della memoria implicita. Essendo però memorizzate in fase preverbale, queste esperienze fortemente cariche di emozioni ed affetti faranno parte di un nucleo inconscio del bambino che ne condizioneranno affetti, comportamenti, personalità, relazioni. Ciò sottolinea e ci fa riflettere sull'importanza della relazione fin dalla nascita, confermata anche dagli studi attuali di epigenetica, secondo i quali l'ambiente è un fattore fondamentale che produce effetti sulle proteine che partecipano all'attivazione di determinati geni.

- Nella psicodinamica si parla di **Inconscio Personale** e **Collettivo**. Con il termine Inconscio Freud intende una parte dell'apparato psichico distinto dal sistema conscio formato dai contenuti rimossi presenti nei sogni, nei lapsus e negli atti mancati, ai quali era stato rifiutato l'accesso al sistema coscienza. L'Inconscio come luogo psichico particolare che bisognava rappresentarsi dotato di contenuti e un'energia specifica libera di fluire e costituito da rappresentazioni pulsionali che aspiravano a scaricare il loro investimento. Jung parla di Inconscio differenziando tra Inconscio Personale, che sarebbe equivalente all'inconscio freudiano e sarebbe formato essenzialmente da contenuti che sono stati consci ma sono scomparsi alla coscienza perché dimenticati o



rimossi e da Complessi, e Inconscio Collettivo. Per complesso s'intende un gruppo di contenuti psichici a tonalità affettiva che si sono staccati dalla coscienza e funzionano in modo arbitrario e autonomo, ostacolando o influenzando le prestazioni coscienti. Per comprendere cosa sia un complesso possiamo pensare per esempio al sistema solare in cui se al posto del sole poniamo il complesso paterno, nelle varie posizioni dei pianeti nel sistema corrisponderanno le esperienze del paterno in famiglia, nel sociale, a scuola, nel lavoro, etc... L'Inconscio Collettivo invece consta di contenuti che rappresentano il deposito dei tipici modi di reagire dell'umanità che Jung definisce Archetipi. L'Archetipo è in sé un elemento vuoto, formale che non è altro che una *facultas praeformandi*, una possibilità di rappresentazione psichica a priori, una forma dinamica, un fattore d'ordine delle immagini psichiche. Il Linguaggio dell'Inconscio Collettivo non è mai stato nella coscienza e degli Archetipi è costituito da Immagini simboliche, che differentemente dalla fantasia, hanno una loro logica interna e lo scopo ben preciso di informare la psiche cosciente sui contenuti archetipici. Le Immagini simboliche possono essere considerate sotto forma individuale, l'espressione dei processi e dei ritmi che si muovono nel macrocosmo della natura (per es. il DNA regola gli istinti come l'Archetipo regola le immagini). Un esempio di Immagini Archetipiche che declinano l'Archetipo del materno sono per esempio il numero 2, la notte, l'acqua, il mare, la cavità protettiva naturale quali la grotta, caverna (etc.), il ventre della balena, il grembo della Chiesa, la fata soccorritrice o la strega cattiva, la Magna Mater, la madre naturale. La logica dell'Inconscio Collettivo è il simbolo, che ha il significato di unificatore di opposti e l'analogia, che rappresenta la proporzione concettuale tra i livelli di complessità esistenti nel mondo.

- Nella **medicina** si parla di **stress**. Ma quale stress? Stress è un termine generico che necessita per essere significativo in termini informativi e declinato nelle sue quali-

tà affettive, comportamentali e relazionali. Hans Selye per primo utilizzò in senso moderno il concetto di *stress*, definendolo "una risposta non specifica dell'organismo a ogni richiesta effettuata su di esso". Il termine *stress* significa "colpo" e indica la capacità dell'individuo di adattarsi a richieste rilevanti dell'ambiente, pertanto possiamo distinguere uno stress moderato, fonte di attivazione positiva delle energie (eustress) e un altro, vissuto con disagio e ritenuto responsabile dello scatenarsi delle malattie (distress). Selye riteneva che quando le richieste ambientali risultavano eccessive o troppo prolungate nel tempo, lo stress esercitava la sua influenza sul corpo determinando un aumentato funzionamento delle ghiandole surrenali, le quali a loro volta, producendo degli ormoni specifici, generavano degli effetti "a cascata" in grado di attivare numerosi distretti corporei: si pensi soltanto al fatto che alcuni di questi ormoni sono in grado di determinare variazioni della pressione del sangue, del funzionamento del cuore, della regolazione del metabolismo degli zuccheri nell'organismo, fino ad effetti sulla digestione (tramite la secrezione acida dello stomaco) e sulle prestazioni mentali. Lazarus, uno studioso che si concentrò su questo tipo di ricerche valorizzò anche il versante relazionale, osservando come il paziente di fronte ad uno stress fisico o psichico fosse in grado di elaborare particolari strategie d'adattamento, il *coping*, da cui dipendeva lo svilupparsi o meno di una malattia. È opportuno domandarsi come avvenga il passaggio dalle emozioni al corpo. La *psiconeuroendocrinoimmunologia* (PNEI), filone di ricerca più strettamente biologico, sviluppatosi negli anni '80, mette in evidenza la reciproca interazione di vissuti psichici, con il funzionamento del Sistema Nervoso, l'azione del Sistema Endocrino e del Sistema Immunitario, in una circolarità di complessi e sofisticati meccanismi neurobiochimici di risposta allo stress, in cui la malattia psicosomatica deriva da un effetto locale diretto, la risposta degli "organi bersaglio" ai sistemi coinvolti, gli squilibri

delle loro reciproche interazioni. Tale approccio considera l'uomo come una specie di "organismo a strati" in cui la risposta allo stress è determinata dal progressivo mettersi in gioco di strati sempre più profondi di difesa, che hanno una funzione di adattamento, ma contemporaneamente possono a tutti i livelli rendere estremamente complessa e patologica una risposta a un evento stressante semplice. Tali "strati" corrispondono a veri e propri "filtri" che tentano in qualche modo di bloccare gli effetti dello stress prima che giunga a coinvolgere in modo grave le strutture più profonde e delicate dell'organismo. Questi filtri sono rappresentati dal Sistema Endocrino e dal Sistema Immunitario. Superficialmente possiamo riconoscere un "filtro cognitivo" e un "filtro emozionale" e ad un livello intermedio è situato il Sistema Nervoso Vegetativo con le sue due varianti di Simpatico e Parasimpatico. Di fronte alle scoperte della fisica quantistica e del campo quantico, dell'entanglement e dell'ordine implicato, secondo il quale tutto è implicato ed esiste una connessione non locale delle particelle nella realtà microscopica, ma anche in quella macroscopica delle macrostrutture esistenti, la PNEI non è più sufficiente a descrivere e a significare l'istantaneità del fenomeno che ci sottopone la fisica ad oggi, rimanendo vincolata alla precedente fisica meccanicistica newtoniana.

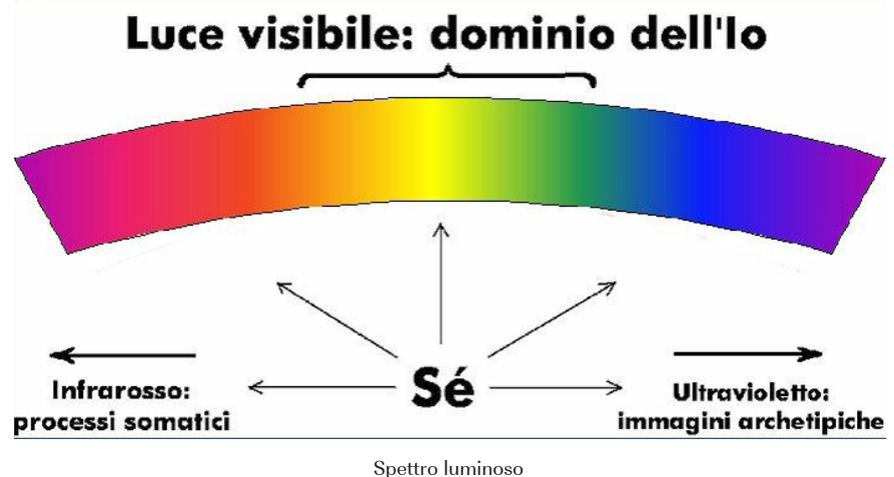
È dunque necessario un modello che apra a un nuovo linguaggio e approccio che riesca a soddisfare le condizioni del pensiero complesso ponendo al centro l'uomo e la sua salute psicosomatica. Dialogare con l'irrazionalizzabile significa infatti tenere presente il tema del trauma, del complesso junghiano in relazione all'inconscio personale e collettivo e il tema dei sintomi psicosomatici come in-

separabili e coesistenti, intesi come espressione della relazione dell'uomo con il mondo.

### Ecobiopsicologia: un approccio olistico all'uomo-nel-mondo

L'ecobiopsicologia si inserisce nel panorama delle scienze della complessità come metodo psicoterapeutico che, rispettando le condizioni del pensiero complesso, opera una lettura olografica dell'uomo e dei fenomeni della vita quali la salute e la malattia considerandolo nella rete delle relazioni che esso possiede col mondo. L'ecobiopsicologia pone al centro del continuum materia e psiche dell'uomo l'inconscio collettivo e l'archetipo, che si comportano in-formando contemporaneamente il corpo e la psiche, generando gli organi e gli apparati (IR) e le immagini mentali corrispondenti (UV).

Si può dunque postulare l'idea di una corri-



spondenza analogica tra un'immagine archetipica e una specifica attivazione di una corrispondente funzione corporea e viceversa.

Così come per es. la memoria immunitaria (infrarosso) conserva nel tempo la consapevolezza di un particolare agente infettivo, così la memoria consapevole di un'esperienza vissuta (ultravioletto) permette di mettere in atto strategie per la rielaborazione di emozioni simili a quell'esperienza vissuta.

Il metodo Ecobiopsicologico è basato proprio sulla lettura in chiave analogico-simbolica e attraverso lo studio delle correlazioni fra infrarosso e ultravioletto, mediate dalle analogie e dai simboli, permette di esperire in modo diretto il continuum materia-psiche,



confrontando la logica della coscienza con quello dell'inconscio mettendo insieme, così, irrazionalizzabile, corpo e psiche e ambiente, imprescindibili uno dall'altro nel loro essere reti di un unico sistema implicato.

Facciamo un esempio per comprendere in che modo nell'Ecobiopsicologia i livelli siano contemporaneamente presi in considerazione e prendiamo un paziente affetto da infarto miocardico che è considerato l'esito generico di un processo ostruttivo delle arterie coronarie. La scienza medica ne valuta per prima cosa i fattori di rischio concreti e si occupa di mettere in atto i presidi di urgenza, ma non esplora lo stile di vita psichico e relazionale del paziente. La psicologia d'altra parte si occupa di osservare se si tratta di un individuo del tipo A di Friedman e Rosenman, di quei soggetti cioè, la cui vita è orientata intorno a scopi, scadenze, obiettivi e quali sembrano reagire in modo ossessivo, spinti da un'ambizione spesso sfrenata, in corsa continua col tempo, ma trascura la relazione tra il valore del sintomo somatico e la valutazione personologica. L'Ecobiopsicologia, che ricerca nel preciso codice espressivo somatico il corrispettivo psichico direbbe che in un paziente di tipo A, ciò che sul piano psichico si manifesta con specifici comportamenti ed emozioni, sul piano fisico si manifesta con un battito di cuore accelerato, un'alta pressione del sangue a riposo, un'elevazione di certi ormoni come l'adrenalina e la noradrenalina, l'insulina, l'ormone della crescita e l'idrocortisone (tutti secreti nei momenti di urgenza di stress), un aumento del colesterolo nel sangue, un ritmo accelerato del respiro, un aumento della tensione muscolare in tutto il corpo, ecc. e si interrogherebbe su quali emozioni sono manifestate attraverso tali sintomi. Ipotizziamo che a queste condizioni psicosomatiche si aggiunga anche il fatto che nel descrivere il suo infarto, il paziente, ad esempio, fa un lapsus e anziché dire "infarto" pronunzia la parola "infranto", quale modello medico si aprirebbe all'esplorazione della rete delle associazioni inconsce che si nascondono nel lapsus attraverso la parola "infranto"? L'Ecobiopsicologia si chiederebbe

che cosa si è "rotto" nella sua vita emotiva da emergere in modo incontrollato nei suoi pensieri? Inoltre, come saranno i suoi sogni? Quali temi generali del suo mondo affettivo riveleranno? Dilatando poi il campo di osservazione alla dimensione archetipica, quale "centro" della sua personalità si è interrotto attraverso la ferita del suo centro fisico, il cuore? Quale il progetto? Quali le sue reti relazionali, il suo stile di attaccamento? Per rispondere a queste numerose domande occorre considerare l'essere umano come una struttura unitaria «racchiusa» nell'universo, in relazione e appartenente all'universo stesso.

L'Ecobiopsicologia permette dunque una lettura dell'uomo nel mondo attraverso il linguaggio analogico-simbolico che permette alla persona di raggiungere una consapevolezza di sé tale da potersi orientare nel rispetto del proprio progetto personale.

Per tale motivo, l'Ecobiopsicologia prende in considerazione e integra al suo interno lo studio dell'approccio medico olistico orientale, la cui lettura della realtà è simbolica e si basa sull'imprescindibilità della relazione uomo-mondo, microcosmo e macrocosmo, nell'approccio alla salute.

### **La tradizione Orientale e l'Ecobiopsicologia<sup>3</sup>**

Al contrario della Tradizione Occidentale, dove la filosofia del pensiero ha posto l'accento sul metodo analitico, capace di solide dimostrazioni e verifiche quantitative, l'Oriente ha appunto privilegiato il metodo analogico, che è allusivo, circoscrivente la realtà, prospettico nel suo procedere per accenni velati, empatico nelle sue modalità descrittive, e sintetico nelle sue conclusioni. È difficile per noi occidentali, abituati a un procedere del pensiero lineare legato al criterio di causa-effetto, accedere alle speculazioni orientali, che si muovono in senso circolare, per cui le conclusioni sono sempre ribaltate sulle premesse, modificandole di continuo. Le ragioni per cui lo spirito di ricerca orientale ha sviluppato al massimo grado l'osserva-

<sup>3</sup> Frigoli, D., (2004). *Ecobiopsicologia*. Milano: M&B Publishing, Milano, p.65

zione dei fenomeni della natura sono legate sia alla radice continentale dell'India e della Cina, che allo spirito autoctono di quei popoli. Infatti, l'antico cinese e indiano credevano che la loro terra fosse il mondo intero, a differenza dei popoli mediterranei, che tramite i traffici marini dovettero sviluppare in modo sofisticato lo scambio con altri popoli, privilegiando così la dialettica. Un popolo come quello orientale, che abita un continente sterminato, dedito all'agricoltura come fonte di sopravvivenza, non possiede che l'osservazione della natura, dei ritmi della terra e del cielo con le sue costellazioni per orientare la propria vita e costruire la propria metafisica.<sup>4</sup>

In Cina si sviluppò la filosofia Taoista e la scuola *Yin-Yang*, in India la filosofia del *Vedanta*. Nella Cina i primi sostenitori furono gli eremiti per il taoismo e gli occultisti per la scuola *Yin-Yang*, coloro che per un verso o per l'altro mettevano al centro della loro filosofia la natura in rapporto all'uomo. Il Tao era una sorta di principio che stava oltre le forme e le fattezze, dotato di moto continuo che ispira la vita della natura e degli uomini, mentre i termini *Yin-Yang* stavano a indicare i principi polari assoluti che illustravano concretamente il divenire del macrocosmo e del microcosmo. *Yin* rappresentava il principio della passività, del freddo, dell'oscurità, della morbidezza, ed era associato alla notte, alla terra, all'acqua, alla quiete, mentre *Yang* era il principio del maschile, dell'attività, del caldo, della durezza, ed era associato al cielo, alla luce, al sole, al fuoco, ecc. Dal loro armonico interagire nasceva tutta quanta la realtà. Da queste basi filosofiche frettolosamente accennate, emerge che il corpo interagiva costantemente con la mente in un'armonia di rapporti che non conosceva frammentazione. Alla base di questa interazione polare nella Cina stava la concezione di *Yin-Yang* dominata dall'energia *Tch'i* che pervadeva ogni manifestazione fenomenica. La metafisica cinese afferma che nella natura l'uomo "non è che un momento nella trasformazione universale delle cose. Consideriamo un essere umano allo stato d'embrione, appena concepito, il cui sesso non è

ancora stato deciso. Questi è un essere tra cielo e terra"<sup>5</sup>. L'uomo è dunque intermedio fra "cielo e terra" e nella propria costituzione esso rifletterà questa corrispondenza analogica tra "alto", "basso". Infatti, il corpo dell'uomo può essere diviso in tre piani: il piano sottodiaframmatico che contiene i visceri attribuiti all'elemento Terra, perché in modo diretto (intestino e vie urinarie) o indiretto (fegato e pancreas), essi scaricano le loro secrezioni alla terra<sup>6,7</sup>. Fra il piano diaframmatico e la gola, vi saranno i visceri cosiddetti del piano dell'"uomo", il cuore e i polmoni dotati di un moto più ordinato rispetto ai visceri della terra e responsabili di funzioni più elevate come il respiro e la circolazione. Nella testa, rotonda come la volta celeste, risiederà il cervello attribuito al cielo in cui risiede il mondo delle rappresentazioni. Sul piano fisiologico, anche la frequenza di movimento dei visceri rispetterà lo stesso ordine. I visceri sottodiaframmatici avranno una frequenza di vibrazione rallentata (peristalsi), così com'è caratteristico dell'elemento "terra", i cui ritmi sono lenti e regolari. I visceri toracici, cuore e polmoni, appartenenti al piano dell'"uomo", avranno un moto più frequente e ordinato, com'è testimoniato dall'elettrocardiogramma. Il cervello, appartenente al piano del "cielo" avrà frequenze di vibrazione elevatissime com'è dimostrato dall'elettroencefalogramma.

Se la costruzione dell'architettura del corpo umano risponde alle leggi metafisiche sulle quali è costruito il mondo, ne deriverà che l'uomo potrà essere inteso come un microcosmo che riflette in sé le leggi del macrocosmo. In questa visione generale, dove il corpo dell'uomo riflette nel tempo e nello spazio della sua esistenza la metafisica di leggi assolute, che sono le stesse dell'Universo, si attua quell'accordo fra uomo e natura che conferisce la vera saggezza. Se l'aspetto del corpo è una manifestazione del Tao, conoscere il cor-

<sup>4</sup> Koller, J., (1981). *Le filosofie orientali*. Roma: Ubaldini.

<sup>5</sup> Lavier, J., (1976). *Medicina cinese, medicina totale*. Milano: Garzanti

<sup>6</sup> *ibidem*

<sup>7</sup> Needham, J., (1982). *La medicina cinese*. Milano: Il Saggiatore



po e i suoi profondi ritmi significa addentrarsi alla conoscenza dei misteri del Tao e dunque dell'Universo. Come il cosmo è il luogo dove si manifesta il Tao del tutto, così l'uomo è la sede di manifestazione del Tao personale e fra questi due aspetti di manifestazione del Tao vi sarà una mutua corrispondenza analogica. Non sorprenderà pertanto che lo scheletro umano corrisponderà nell'albero alla sua impalcatura legnosa, che alla mano aperta dell'uomo corrisponderà la struttura laminata delle foglie di alcune specie di alberi, come la palma e il rododendro, e i visceri alle radici che traggono i succhi della terra, così come alle unghie i variopinti petali dei fiori, o ai polpastrelli i peduncoli tattili di alcune piante rampicanti come quelli del pisello, della vite, dell'edera, ecc.

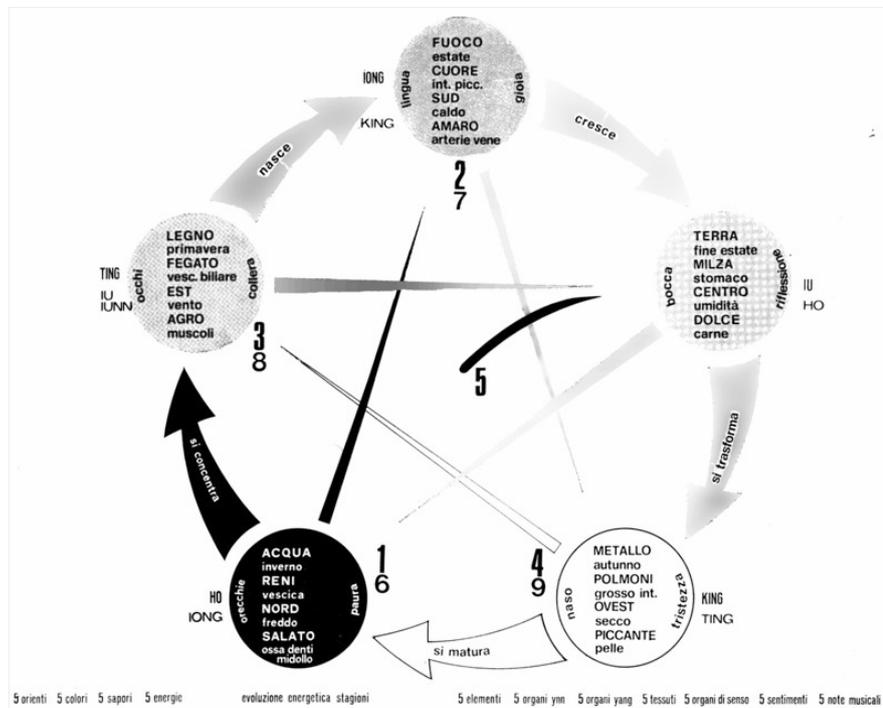
Se l'uomo è un "piccolo universo", un microcosmo, dove i suoi organi e funzioni hanno stretta analogia con i fenomeni dell'universo, e se la "realizzazione" umana è il prodotto delle interazioni delle energie degli archetipi del "Cielo" e della "Terra" mediate dall'energia t'chi, attraverso la regola del Wu-Hsing, tradotto come "Cinque elementi", "Cinque poteri", i principi dinamici yin-yang in reciproca corrispondenza troveranno la loro manifestazione concreta.

Ciò che è importante nella concettualizzazione dello schema del Wu-Hsing è la dimensione di sistema relazionale che lega il macrocosmo al microcosmo, in quanto vediamo ad ogni elemento essere associato organi ed emozioni (microcosmo) e stagione e punti cardinali (macrocosmo).

In quest'ordine d'idee, il corpo, inteso come organi e visceri è visto come una struttura dinamica aperta all'universo e attraverso le correlazioni reali e simboliche allusive del

Wu-Hsing esso intrattiene una serie di relazioni analogiche sottili con il macrocosmo universo.

Innanzitutto mette in correlazione il macrocosmo universo con il microcosmo uomo, ma



Wu-Hsing, in Martinelli G., *Trattato di agopuntura cinese*, CISSAM, Vicenza 1973, pag. 165

poi nell'uomo propone una vera e propria integrazione fra gli aspetti fisiologici del corpo e il mondo emotivo che sembra anticipare conclusioni modernissime della psicoanalisi più attuale. La medicina cinese distingue cinque funzioni psichiche legate ai cinque organi del Wu-Hsing. Il modello che si struttura è integrato in uno schema secondo il quale i vari livelli si generano l'un l'altro e si controllano reciprocamente, nel primo caso per via diretta e nel secondo caso per via indiretta. I livelli dello psichismo e della vita emozionale sono correlati direttamente agli organi del corpo: *Chenn*, cui corrisponde il cuore, rappresenta il sentimento della pace; *I*, cui corrisponde la milza-pancreas rappresenta la riflessione; *Pro*, cui corrisponde il polmone rappresenta la tristezza; *Tche*, corrispondono le reni, la paura; *Roun*, corrisponde il fegato, la collera.

"Il sistema costituito da queste funzioni determina la globalità dello psichismo individuale, che non è dunque una funzione isolata, ma un'interazione di più funzioni.

Il complesso di Chenn, I, Pro, Roun e Tche rappresenta il riflesso terreno del Sé cosmico o Chenn celeste; esso si trova racchiuso come uno scrigno nella scatola cranica e si svolge come una pergamena nel corpo umano e sulla sua superficie, ove, non a caso troviamo i meridiani di agopuntura".<sup>8,9</sup>

Pertanto l'uomo è vivo come una "materializzazione", nel qui e ora dell'esistenza, dell'archetipo del Sé cosmico. Il Sé si manifesta sul piano della vita psichica nelle emozioni e sul piano fisico negli organi e visceri, tanto che esiste una corrispondenza biunivoca fra mondo psichico e realtà del corpo. Come le emozioni hanno un loro correlato specifico nel corpo, così gli organi di quest'ultimo posseggono un loro "riflesso" psichico specifico, sì che in linea di principio diventa possibile modificare il mondo emotivo attraverso un cambiamento del funzionamento del corpo.

Quest'impostazione somatopsichica, che riconosce agli organi del corpo un loro psichismo specifico, è simile come conclusione agli studi dello psicoanalista L. Chiozza che testualmente afferma come "quello che chiamiamo corpo, organi, tessuti, cellule, o più semplicemente e generalmente l'esistenza materiale dell'essere vivente costituisce [...] una 'fantasia specifica'. Per 'specifica' vogliamo significare propria di una determinata e particolare realtà, materiale. [...] L'idea o fantasia specifica è ciò che è inerente, l'inseparabile da una determinata materia, in quanto ambedue si costituiscono reciprocamente o dipendono da uno stesso processo"<sup>10</sup>.

Quindi la "fantasia specifica" non è il risultato delle proiezioni psicologiche sull'organo o sul corpo, ma è inerente alla materia stessa dell'organo o dell'apparato. Quest'ultimo da un lato possiede una propria funzione organica e dall'altro specifiche "fantasie" che la mente sembra registrare come "autonome" ma che in realtà sono in relazione con l'organo che le produce.

Con queste affermazioni della medicina cinese, sovrapponibili in parte alle moderne concezioni psicosomatiche, viene, di fatto, sancita la corrispondenza fra un evento del mondo esterno all'uomo e il suo aspetto interno, rappresentati nel corpo dall'attivazio-

ne dell'organo o del viscere e nella psiche dal corrispondente livello emotivo pertinente all'organo.

Sulla base di quanto postulato, se ogni organo del corpo umano possiede fantasie specifiche particolari, il corpo dell'uomo come totalità, con la sua storia filogenetica e ontogenetica, può allora essere considerato l'organo "materiale" del Sé psicosomatico, depositario di specifiche "fantasie"? E quali saranno tali fantasie e in che rapporto esse staranno con l'io? Eccoci di colpo collegati alla concezione archetipica di Jung amplificata dal risvolto psicologico della "materia" biologica sottovalutata da questo autore. In questa prospettiva di studio, quando parliamo di organo corporeo, sede di un processo psichico, dobbiamo ritrovare in questa realtà psicosomatica non solo l'aspetto deterministico stretto, corrispondenza organo-emozione, ma soprattutto l'aspetto simbolico per riunire in una visione sistemica sia i dati provenienti dalla biologia, fisiologia ed embriologia dell'organo, sia le notizie fornite dalla cultura, dalla religione, dai miti, dal linguaggio popolare e dalle tradizioni, che di quell'organo hanno parlato.

Quest'integrazione dei dati biologici con i dati più legati alla vita dell'immaginario, ha lo scopo di intersecare la "storia" dell'evoluzione con la "storia" analoga della coscienza collettiva che ha fantasmizzato su quell'organo. Da quest'integrazione sarà possibile circoscrivere il modo di funzionare degli archetipi che Jung aveva esplorato come fattori di ordine delle immagini psichiche, dimenticando di esse i correlati con gli aspetti della corporeità. Come nella successione delle immagini psichiche sarà possibile ricavare quelle più arcaiche, così esse potranno essere utilmente poste in relazione con l'analoga evoluzione dell'organo nella filogenesi.

Ad esempio, un'immagine simbolica del sangue come liquido "rosso" e "caldo", rimanderà ai mammiferi, che sono l'unica specie a

<sup>8</sup> Rogora, A., (1984). *La medicina cinese*. Milano: Riza-Endas, pag. 66.

<sup>9</sup> Chiozza, L.A., (1981). *Corpo affetto linguaggio*. Torino: Loescher, pag. 137.

<sup>10</sup> *Ibidem*, pag. 171.



possedere un liquido ematico di tal fatta. Se il sangue è visto come essenza liquida senza connotati di sorta, rimanderà al mondo interno dei celenterati, che vivono un'essenza interna solo liquida.

Stando così, la corrispondenza fra evoluzione di un organo o apparato fisico e le corrispondenti immagini simboliche e metaforiche che lo descrivono, sarà possibile dallo studio delle immagini simboliche risalire ai processi evolutivi della materia organica cui tali immagini si riferiscono, così come l'evoluzione degli organi produrrà solo immagini simboliche specifiche indicanti il livello dell'evoluzione organica corrispondente.

È evidente che nella mentalità orientale il corpo e la psiche erano considerati come epifenomeni simmetrici di un'energia universale chiamata *Tch'i* in Cina. "L'essere vivente — ci ricorda il *Ling Tch'ou*, libro di medicina dove sono descritti i principi metafisici alla base della concezione del rapporto macrocosmo/microcosmo — non deve essere inteso come una materia animata d'energia. È l'energia che ha orientato la materia, essa stessa energia, verso il fenomeno vitale"<sup>11</sup>.

Quindi alla radice della vita vi sta un archetipo, il *Tch'i*, la cui essenza è doppia, materiale e immateriale, in grado di organizzare il macrocosmo universo così come il microcosmo uomo. La dottrina del rapporto macrocosmo e microcosmo — lungi dall'apparire come una credenza superstiziosa che voleva una precisa corrispondenza fra le parti del corpo umano e quelle dell'universo, considerato a sua volta animato — in realtà stava a significare la ricerca sul piano filosofico e contemplativo della possibilità di comporre in un'unica grande unità la molteplicità degli elementi della vita.

Studiare tale dottrina, per noi moderni può significare un approccio alla psiche collettiva e alla modalità con cui essa aveva descritto il mondo e l'uomo; di conseguenza, attraverso questi principi filosofici, sarebbe forse possibile accedere alla dimensione della funzione archetipica sul versante delle immagini simboliche così come esse furono concepite dall'umanità primitiva.

Pertanto, nelle medicine antiche, dove anco-

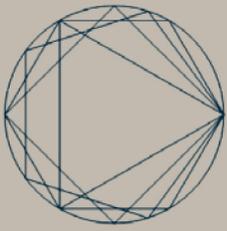
ra è rintracciabile il valore ordinatore dell'archetipo, il corpo non appare il risultato concreto di forze biologiche operanti a caso, ma riflette nella sua armonia di funzionamento le regole operanti dell'archetipo del Sé. In questo senso il corpo si sacralizza, perché diventa tempio dell'anima, per cui conoscere il corpo con il suo simbolismo e le sue analogie significa entrare in rapporto con le divine "proporzioni" del Sé.

Questa necessità olistica, che per la mentalità antica rappresentava il patrimonio di approccio all'archetipo della vita, oggi viene inseguita dagli sviluppi più recenti della cultura scientifica attuale che vede nell'Ecobiopsicologia il recupero e la sintesi tra le culture occidentale e orientale.

## Bibliografia

- Biava, P.M., Frigoli, D., Laszlo, E., (2014). *Dal segno al simbolo*. Bologna: Persiani
- Capra, F., (1986). *Il punto di svolta*. Milano: Feltrinelli
- Frigoli, D., (2004). *Ecobiopsicologia*. Milano: M&B Publishing, Milano
- Frigoli D., *La fisica dell'anima*. Persiani Ed., Bologna, 2013.
- Jung, C.G., (1980). *Il concetto di inconscio collettivo*. In Opere, (Vol. IX). Torino. Bollati Boringhieri
- Jung, C.G., (1976). *La struttura della psiche*. In Opere, (Vol. VIII) Torino: Bollati Boringhieri
- Koller, J., (1981). *Le filosofie orientali*. Roma: Ubaldini.
- Lavier, J., (1976). *Medicina cinese, medicina totale*. Milano: Garzanti
- Morin, E., (1988). *Scienza con coscienza*. Milano: Franco Angeli, Milano
- Needham, J., (1982). *La medicina cinese*. Milano: Il Saggiatore
- Rogora, A., (1984). *La medicina cinese*. Milano: Riza-Endas,
- Chiozza, L.A., (1981). *Corpo affetto linguaggio*. Torino: Loescher

<sup>11</sup> Lavier, J., *Storia, dottrina e pratica dell'agopuntura cinese*, cit.



# Attività Psicoterapeutica

## di Medicina Psicosomatica e di Psicoterapia EcoBioPsicologica

L'attività psicoterapeutica è rivolta agli aspetti preventivi e terapeutici del disagio psicosomatico e psicosociale.

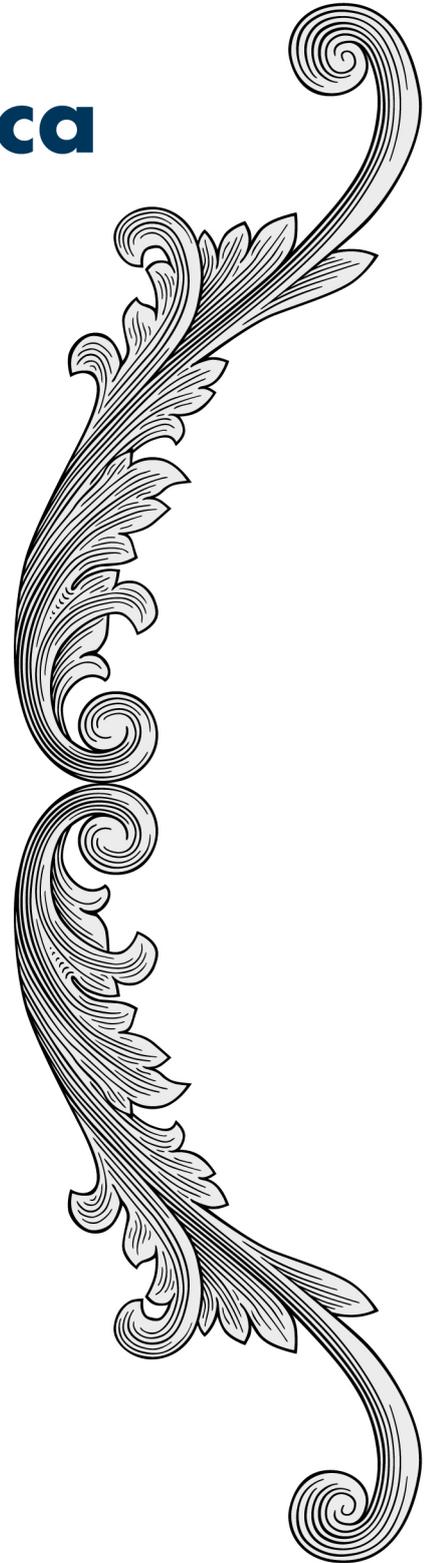
Gli interventi terapeutici, secondo il metodo ecobiopsicologico, saranno effettuati dopo una prima visita nella quale saranno specificati l'indirizzo e la strategia di intervento, al centro della quale si evidenzieranno sia la dimensione del conflitto sia la dinamica relazionale dell'utente, in vista del suo progetto evolutivo.

### **Nell'ambito della prevenzione sono attivi i seguenti indirizzi:**

- Gruppo di prevenzione sui disagi dell'adolescenza.
- Supporto psicologico nell'accompagnamento alla genitorialità dal concepimento sino al primo anno di vita del bambino.
- Neuropsicomotricità per l'età evolutiva.
- Problematiche della sessualità e della fecondazione assistita.
- Counseling per mediazione familiare.
- Counseling sul disagio scolastico.
- Counseling sulle problematiche lavorative.
- Test psicodiagnostici.
- CTU e CTP per problemi di separazione, divorzio e affidi, e per problemi assistenziali.

### **Nell'ambito della terapia sono attivi i seguenti indirizzi:**

- Psicoterapia ad orientamento psicodinamico individuale e di gruppo.
- Psicoterapia individuale per problematiche d'ansia e depressione in menopausa.
- Psicoterapia per il disagio individuale o della coppia legato alle problematiche della gravidanza.
- Psicoterapia individuale per nevrosi e disturbi psicosomatici.
- Psicoterapia dell'infanzia.
- Tecniche individuali di rilassamento e antistress per: cefalea, asma, ipertensione, gastrite, colite, mialgie e contratture muscolari, balbuzie e disturbi del linguaggio.
- Tecniche complementari di: shiatsu, omeopatia, massaggio bioenergetico, fiori di Bach, antroposofia.
- Danzaterapia – Arteterapia.
- Gruppi di terapia per il tabagismo.
- Sand-Play Therapy.
- Psicoterapia individuale per i disturbi dell'alimentazione.
- Psicoterapia di sostegno individuale e familiare in ambito oncologico.
- Consulenza odontoiatria psicosomatica nel bambino e nell'adulto.



### CONTATTI

Segreteria dell'Istituto: Tel. 02/36519170 - Fax 02/36519171

email: [istituto@aneb.it](mailto:istituto@aneb.it)

Ulteriori informazioni sono disponibili presso la pagina web dell'istituto, all'indirizzo [www.aneb.it](http://www.aneb.it)

AUTORE: Dr. **Diego Frigoli** - Fondatore e promotore del pensiero ecobiopsicologico, Psichiatra, Psicoterapeuta e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Istituto ANEB. Innovatore nello studio dell'immaginario con particolare riferimento all'elemento simbolo in rapporto alla sue dinamiche fra coscienza individuale e collettiva.



## IL SIMBOLISMO DELLO YIN E DELLO YANG NELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

La concezione dello Yin e dello Yang è alla base della medicina e della filosofia tradizionale cinese.

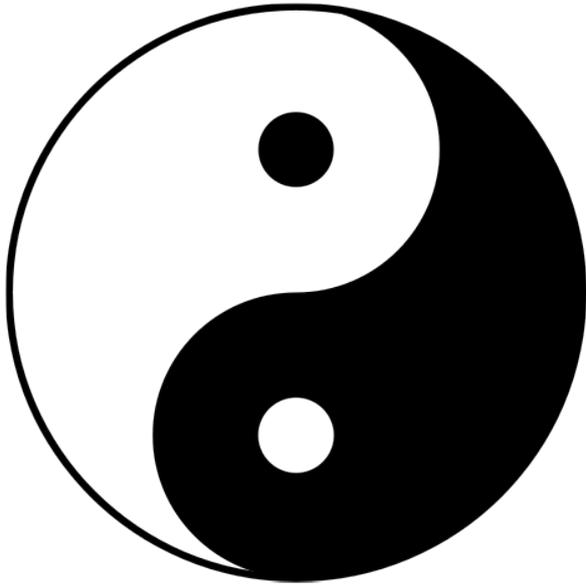
Che cosa s'intende però per "tradizionale"? Non certo la ripresa di concetti antichi e passati e quindi non più attuali, bensì il rimando a valori atemporali e perenni, che sono iscritti nella storia biopsicologica dell'uomo, cioè nella sua filogenesi. La "tradizione" non va intesa nell'accezione comune che la vuole opposta alla "rivoluzione", quest'ultima definita come "*renovatio*" immediata, quasi avulsa dal suo passato, ma come attualizzazione delle infinite prospettive rivelate dal suo etimo latino= "*trado*", il cui scopo è la rigenerazione dell'essere. In questa prospettiva la medicina cinese si propone come un 'fatto unico nell'ambito della storia della medicina in particolare e del pensiero filosofico in generale, e cioè essa si qualifica come una medicina "cosmologica", che tenta di accordare l'"ordine" interno dell'uomo con quello dell'universo cui l'uomo appartiene. In altre parole vuole armonizzare il microcosmo-uomo con il Macrocosmo-Universo. '

Per questo le leggi che sono alla base della medicina tradizionale cinese e dell'agopuntura in particolare riassumono significati generali e totalizzanti, non limitati alla sola realtà dell'uomo, ma ordinatori di tutti i fenomeni dell'Universo. Un programma così vasto può sembrare paradossale per la nostra mentalità occidentale, abituata ad usare essenzialmente, nell'ambito gnoseologico, il criterio analitico-sperimentale di indagine, ma per lo spirito orientale, più sintetico ed integralizzante, costituisce una naturale applicazione delle sue premesse strutturali. A riprova di ciò, da un punto di vista storico, è ben noto che la medicina cinese, come la sua filosofia, si afferma non come un'astratta interpretazione di dati speculativi e teorici, ma come il risultato di una millenaria osser-

vazione dei ritmi naturali cosmici (l'alternanza del giorno con la notte, il succedersi delle stagioni, il variare delle costellazioni ecc.) in accordo con i ritmi dell'uomo (il sonno e la veglia, le diverse fasi di crescita dell'uomo, dalla infanzia alla vecchiaia, ecc.). Così la medicina cinese è definita come medicina totale, perché tenta di integrare in una visione unitaria e dinamica i differenti aspetti fenomenologici dell'uomo. Filosoficamente e concretamente parlando, l'uomo è definito come un microcosmo che analogicamente ripete nella propria totalità le leggi del più grande cosmo, il Macrocosmo. Ma la parola "cosmo" riassume etimologicamente due significati strettamente affini: l'ordine e l'armonia. Dunque quell'ordine che è presente nell'Universo sarà presente anche nell'uomo, e l'armonia che ne regge le sue leggi immutabili si esprimerà nell'uomo come sintesi di parti armonizzate nel tutto.

Il micro e il macrocosmo vengono intesi dunque come unità, non però statiche e immutabili, ma al contrario, come sintesi dinamiche di forze perennemente in movimento e determinanti nel loro svolgersi le manifestazioni fenomeniche. In termini cinesi si parla di Yin-Yang, principi polari contrapposti e dinamici che sono alla base di ogni mutamento. In senso lato lo Yin è il principio passivo, che analogicamente riassume ogni aspetto di inerzia come il freddo, il buio, la terra, l'inverno, ecc. mentre lo Yang è il principio attivo che in senso lato esprime il caldo, la luce, il cielo, il giorno, l'estate, ecc. Come non è possibile concepire il freddo senza il caldo, il buio senza la luce, l'inverno senza l'estate, ecc., così dal reciproco interagire dei principi contrapposti nasce qualsiasi espressione di realtà: l'alternarsi del buio con la luce determina il giorno, l'inverno con l'estate origina il corso delle stagioni, la terra con il cielo il senso dello spazio. Anche nell'uomo questi

principi contrapposti reggono ogni sua manifestazione: da quelle più concrete legate al suo "bios", a quelle più sottili che sono patrimonio del suo mondo ideo-affettivo. La salute per i cinesi consisterà dunque in un equilibrio perfetto di forze opposte, mentre



la malattia diventerà prima di tutto perdita della naturale armonia.

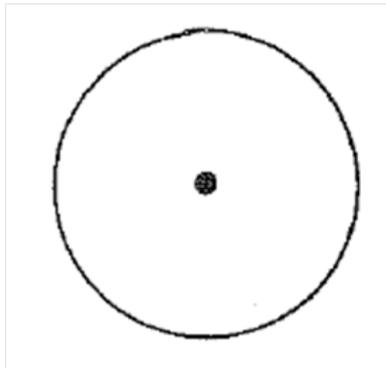
Questi principi filosofici sono ben espressi dal simbolo TAI-CHI che esprime sinteticamente la relazione che lega lo Yin con lo Yang (vedi figura). Tale simbolo è costituito da una circonferenza con due figure simmetriche. Alla parte chiara è attribuito il significato di Yang mentre a quella scura di Yin. All'interno di ciascuna di queste due figure esistono due piccoli cerchi, uno chiaro e uno scuro, ad indicare che non esiste un assoluto, ma che pur nella massima espressione delle yang o della yin esiste il germe del contrario. È questa la concettualizzazione della relatività del pensiero cinese, che non conosce formulazioni dogmatiche e quindi immobili, bensì solo quelle dinamiche, perché la vita stessa è movimento. Tutta la figura da un punto di vista gestaltico, rivela il movimento, che particolarmente appare sottolineato dalla linea curva che separa le due figure simmetriche. Quale valore dare a questo simbolo che nella sua iconografia alternante di colori sembra molto semplice e incapace prospetticamente di condensare dei principi naturali, etici, ed esistenziali complessi e generali? Per quale

mistero psicologico un simbolo può apparire così "totale", da riassumere in brevi tratti grafici, infiniti significati umani e collettivi? La psicologia ha ben sottolineato come la capacità sintetica di un simbolo è proporzionale al progressivo distacco della sua manifestazione iconografica dalla forma a dimensione antropomorfa. Per fare un esempio noi sappiamo che per indicare il principio di gestazione delle cose posso passare da una raffigurazione semplice, come quella della madre, a raffigurazioni più sintetiche, ma ancora antropomorfizzate come la Madonna, sino al concetto di grande Madre, o di madre terra, o più astrattamente a numeri o figure geometriche. Ora lo Yin e lo Yang, raffigurati nel simbolo TAI-CHI, appartengono a quest'ultima categoria concettuale, perché riassuntivi di una serie di significati astratti e concreti. L'analisi del simbolo ci potrà pertanto orientare nella comprensione degli aspetti pragmatici e filosofici dello Yin e dello Yang che nelle espressioni letterarie con cui comunemente sono riferiti appaiono particolarmente oscuri e perciò fraintesi. Nel cap. 42 del Tao-Te-Ching di Lao-Tze si legge ad esempio che "Il Tao produsse l'uno, l'uno produsse il due (Yin-Yang), il due produsse il tre, il tre dette vita alla moltitudine degli esseri particolari..."<sup>1</sup>

Nella filosofia cinese il concetto di Tao è molto complesso e in sintesi esprime il principio immutabile che è alla base della generazione di ogni fenomeno manifesto. Come tale non può essere definito perché come dice Lao-Tze "Il Tao che può essere limitato dalle parole non è l'eterno Tao ...Esso è "eterno, senza nome, è marmo non scolpito ... quando il marmo è scolpito, allora nascono i nomi..."<sup>2</sup>. Così il Tai-Chi finisce per riassumere, grazie alla propria pregnanza sintetica, tutto un complesso di significati cosmologici il cui riflesso lo si ritrova nella coscienza umana, intesa come epifenomeno particolare di una più vasta Coscienza Cosmica. Le leggi integrative del Macrocosmo saranno quelle del

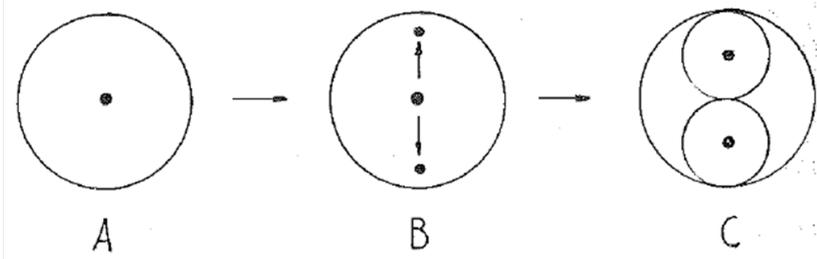
<sup>1</sup> Lao-Tze. (1972). *Tao-Tê-ching*. Roma: Mediterranee, pag. 133

<sup>2</sup> Fung Yu-lan. (1975). *Storia della filosofia cinese*. Milano: Oscar Mondadori, pag. 78

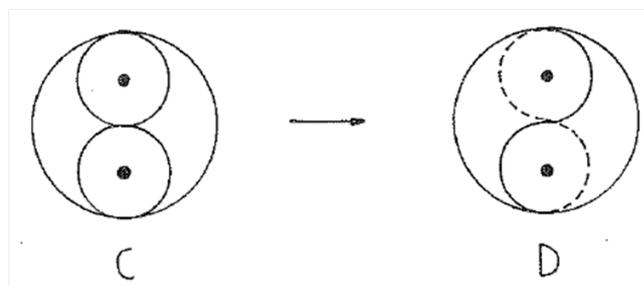


microcosmo, e la Grande Sintesi che esso rivela, sarà la stessa che si manifesta nell'uomo. È possibile riassumere la "Totalità" ontologica in un simbolo? O per il fatto che la "Totalità" è per definizione infinita, un simbolo comunque la limita? Quest'ultima osservazione in definitiva è vera, e forse "Il Grande Tutto" non può essere espresso se non dal Silenzio, ma per necessità ermeneutica è possibile fornire alcuni spunti riflessivi che ci provengono dall'analisi del simbolo, ricordando però che essi vogliono solo accennare più che definire. Se pensiamo al Tao come ad un'essenza non ancora manifesta, e che in potenza riassume ogni manifestazione fenomenica, lo potremmo rappresentare concettualmente con il "vuoto" che non ha forma e graficamente con la bianca pagina di un foglio che non conosce la scrittura. Nel momento in cui dal "vuoto" emerge la prima presenza, espressa dal significato simbolico dell'uno, graficamente potremmo indicare tale processo di nascita ontologica con la rappresentazione del punto, che geometricamente non ha estensione se non i confini della propria presenza. Se al punto vogliamo però aggiungere una forma manifesta, armonica in tutte le sue direzioni, dovremo rappresentare la circonferenza costruita sul punto, intendendola come proiezione unitaria di superficie, dell'unità virtuale data dal punto. Così il punto rappresenterà la "qualità" dell'unità, mentre la circonferenza sarà la "quantità" della stessa.

Ma come afferma Lao-Tze "l'uno produce il due...."<sup>3</sup>. Come può essere rappresentato quell'infinito processo che porta dall'unità alla dualità? Il due, aritmeticamente parlando, è l'unico numero che risulta dalla somma di due unità, cioè di due numeri uguali fra loro. Ogni altro numero della successione decimale può essere ottenuto solo dalla somma dell'unità con numeri progressivamente diversi. Simbolicamente quindi, per generare il due, devo ottenere due unità da sommare fra loro, e ciò può effettuarsi quando l'unità si riflette in sé stessa sul piano speculare della propria esistenza. L'uno e il suo riflesso, ecco il due. Per questo nei templi shintoisti si ritrova il culto dello specchio.



Il centro sdoppiato nei due nuovi centri, evoccherà sul piano della manifestazione la necessità di generare due superfici (figura C). La figura che si ottiene è però ancora statica dal punto di vista gestaltico; abbiamo una "totalità" generale rappresentata dalla circonferenza esterna e dal suo centro e due "totalità" interne, date dalle due circonferenze più piccole e dai rispettivi centri. Ma l'esistenza è movimento, dunque anche la figura deve dinamizzarsi per esprimerlo.



Ciò può essere rappresentato graficamente dal passaggio C → D in cui la linea curva fi-

<sup>3</sup> Lao-Tze. (1972). *Tao-Tê-ching*. Roma: Mediterranee, pag. 133



nisce per definire due “regioni” simmetriche, non sovrapponibili, anche se complementari, ad indicare i principi ontologici del mutamento di ogni realtà.

Proseguendo nell’analisi del simbolo, ci potremmo chiedere il significato dell’alternanza del nero e del bianco. Basti qui ricordare che in tutte le culture il bianco è indicativo della coscienza, mentre il nero dell’inconscio. In fisica il bianco è la sintesi riflessa di tutti i colori, mentre il nero ha la caratteristica di assorbire tutte le lunghezze d’onda luminose. Il significato del simbolo è dunque più esplicito: ogni realtà è l’armonica sintesi di attitudini opposte, ad un tempo coscienti ed inconscie. Può sembrare che tale analisi sia eccessivamente teorica e priva di riflessi pratici, ma se esaminiamo ogni fenomeno umano, tanto fisico che psichico, ritroviamo costantemente l’alternanza Yin-Yang. Pensiamo alla sistole-diastole del cuore, all’inspirazione e all’espiazione del polmone, ecc. Psicologicamente ricordiamo ad esempio la differenza che esiste fra immaginazione ed osservazione.

Nell’immaginazione c’è un io centrale che evoca immagini le quali vengono proiettate all’esterno, sulla realtà. In ciò consiste l’esperienza artistica. Nell’osservazione l’io è come passivo, teso a cogliere la realtà esterna, che progressivamente lo riempie e lo amplia. È l’esperienza dello scienziato. Insomma, ogni aspetto operativo, dinamico, della vita è retto dal pendolarismo dello Yin e dello Yang. In più potremo ricordare, che ogni manifestazione visibile, Yang, ha bisogno di una fase germinativa, oscura, Yin, che ne rappresenta la motrice, proprio come la pianta può esistere per il suo seme, il quale risiede nel buio della terra. In definitiva, lo Yin e lo Yang, non sono principi astratti o rappresentazioni concrete: sono l’uno e l’altro e indicano il tentativo mirabile di tradurre in una legge la continuità che lega il non manifesto al manifesto. Per questo, nella crisi attuale che travaglia la medicina, il ricorrere alla conoscenza dei simboli tradizionali non vuole avere solo il significato di curiosità scientifica e culturale, ma si propone come esigenza concreta di integrare le conoscenze scientifiche odierne in una visione più ampia e generale della vita.

## Bibliografia

- Frigoli, D. (2004). *Ecobiopsicologia. Psicosomatica della complessità*. Milano: M&B
- Fromm, E., Suzuki, D., De Martino, R. (1968). *Psicoanalisi e Buddismo Zen*. Roma: Astrolabio
- Fung Yu-lan. (1975). *Storia della filosofia cinese*. Milano: Oscar Mondadori
- Granet, M. (19971). *Il pensiero cinese*. Milano: Adelphi
- Lao-Tze. (1972). *Tao-Tê-ching*. Roma: Mediterranee
- Lavier, J.A. (1976). *Medicina cinese medicina totale*. Milano: Garzanti
- Marchianò, G. (1977). *La parola e la forma*. Bari: Dedalo
- Stiskin, M.M. (1972). *Lo specchio divino*. Roma: Ubaldini

Immagini tratte da G.A. Rogora (a cura di) *Aggiornamento di agopuntura e riflessoterapia*, Edizioni UNICOPLI, Milano 1981

## CORSO DI MEDICINA PSICOSOMATICA ARCHETIPICA

# PSICOSOMATICA ARCHETIPICA LE MALATTIE DELL'APPARATO DIGERENTE E I LORO SIMBOLI

*"... il terapeuta più abile è colui che sa far nascere l'amore in un corpo che ne è privo"*  
S. Nacht

L'approccio Ecobiopsicologico, riconosciuto dal Ministero dell'Università e della Ricerca, è nato dagli sviluppi epistemologici della complessità e la sua attività primaria non consiste solo nell'occuparsi degli aspetti medici o psicologici caratterizzanti le fonti istituzionali del sapere, quanto nel mettere in relazione i sintomi e la malattia con gli aspetti amplificativi dell'inconscio, tratti dalla conoscenza della psicologia analitica, della mitologia, dello studio delle relazioni della vita e dell'immaginario.

La linea guida del corso è dimettere in relazione gli aspetti psicodinamici dell'inconscio personale, presenti nei sintomi e nelle malattie, con i temi dell'inconscio collettivo. Anche la psicoanalisi classica aveva l'ambizione di mettere in relazione le problematiche della malattia con gli aspetti più amplificativi dell'uomo ma la novità della teoria ecobiopsicologica è quella di riconoscere come l'espressività del corpo e della sua patologia siano correlabili analogicamente con gli aspetti dell'archetipo del Sé. Il Sé, in quanto fattore d'ordine della totalità psicosomatica, è responsabile non soltanto delle immagini simboliche, ma anche degli eventi corporei pertinenti alle immagini stesse, affinché l'"essere psicologico" non si nasconda più dietro le finzioni e le rappresentazioni delle "maschere dell'io", ma compaia come il vero e proprio "dramma" dell'anima che ricerca se stessa e la propria individuazione.

Il metodo ecobiopsicologico riconosce nell'uso consapevole del simbolo e dell'analogia la possibilità di correlare gli aspetti corporei con gli analoghi psichici, tanto personali quanto collettivi. La diagnosi ecobiopsicologica risulta pertanto rispettosa della completezza dell'essere umano, della sua originalità e autenticità e consente di mantenere costantemente presente l'importanza della relazione che il corpo intrattiene con la psiche, e con gli aspetti culturali, sociali e spirituali. L'essere umano, così concepito, è inserito in reti più ampie quali la famiglia, la società e la cultura, che a loro volta fanno parte di un grande ecosistema naturale, in cui tutte le parti che lo compongono si corrispondono fra loro. In questa prospettiva il concetto di malattia viene considerato come il risultato di un'interazione di più fattori che possono essere studiati su vari piani complessi e di rete.



**RELATORE: Dr. DIEGO FRIGOLI**  
Fondatore e promotore del pensiero ecobiopsicologico, Psichiatra, Psicoterapeuta, Presidente ANEB, Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Istituto ANEB e autore di numerose pubblicazioni in ambito clinico e psicosomatico. Si segnala come innovatore nello studio dell'immaginario con particolare riferimento al simbolo in rapporto alle sue dinamiche fra coscienza individuale e collettiva.

sede

Doria Grand Hotel - Milano  
Viale Doria, 22 - 20124 Milano

programma

**1° GIORNATA**  
**10 OTTOBRE 2015**  
dalle ore 9 alle ore 17.30

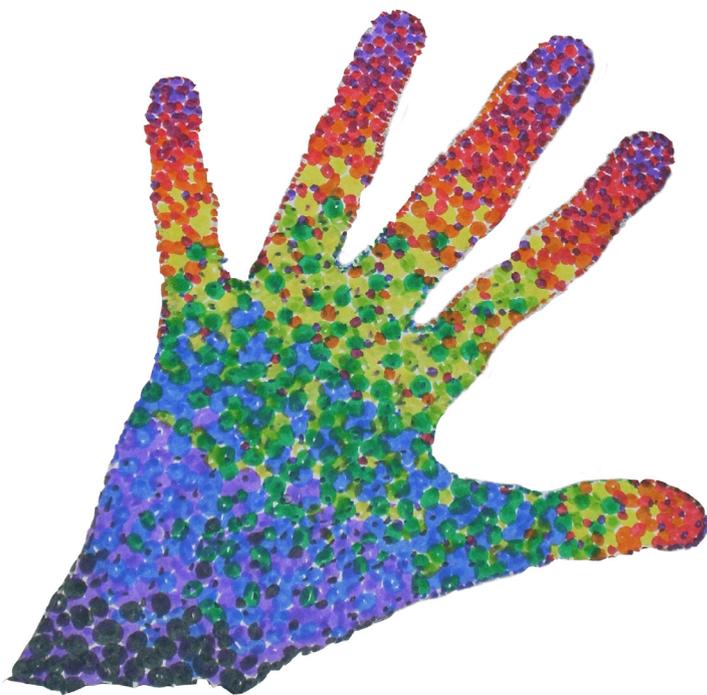
**2° GIORNATA**  
**7 NOVEMBRE 2015**  
dalle ore 9 alle ore 17.30

**3° GIORNATA**  
**12 DICEMBRE 2015**  
dalle ore 9 alle ore 17.30

**per informazioni  
e adesioni:**

Segreteria Organizzativa – Sig.ra Gabriella Corbelli  
ANEB - Associazione Nazionale Ecobiopsicologia  
Via Vittadini, 3 - 20136 Milano - t. 02 36519170 - f. 02 36519171 - istituto@aneb.it - www.aneb.it

## IL TOCCO CHE RISUONA IN FASE. Lo shiatsu incontra la fisica quantistica



### Un po' di storia

Lo shiatsu affonda le sue radici nella Medicina Tradizionale Cinese, ma a differenza dell'agopuntura nasce molto più tardi e si sviluppa in Giappone. I principi della MTC si sono diffusi in Giappone, insieme al Buddismo, al Taoismo e al Confucianesimo, grazie ai monaci giunti qui fra il VI ed il VII secolo d.C. La parola shiatsu, da "shi", dita, e "atsu", pressione, venne usata solo all'inizio del Novecento dal maestro Tamai Tempaku nella pubblicazione del libro "Shiatsu Ho" (metodo di pressione digitale)<sup>1</sup>. Vi riuniva le sue conoscenze di Anma, Ampuku e Do-In, antiche e diffuse tecniche di massaggio e di risveglio energetico, con diverse conoscenze dell'anatomia e fisiologia occidentali. Nelle tante tecniche di massaggio in circolazione già in antichità, di fatto era preponderante il principio della pressione sul corpo e proprio questo principio della pressione venne in certo senso isolato e approfondito in modo autonomo in Giappone.

Accadde che durante il governo Taisho (1912-1926) furono introdotte alcune forme di cura manuale nordamericane che agivano sull'apparato locomotore e sul sistema nervoso, come la chiropratica e l'osteopatia. Poi durante l'occupazione statunitense del 1945 fu emessa una direttiva che bandiva tutte le terapie tradizionali non riconosciute ufficialmente; da quel momento i praticanti dovettero adattare il loro lavoro secondo criteri accettabili dal punto di vista della medicina occidentale<sup>2</sup>. Fu un passaggio simbolico che segnò per lo shiatsu un punto di svolta. Pensiamo al fatto che anche il maestro Tokujiro Namikoshi (considerato il padre dello Shiatsu) era laureato in fisioterapia

ed aprì la Nippon Shiatsu School dopo aver completato i suoi studi di massaggio occidentale (1925). Verosimilmente fu anche grazie all'impostazione occidentale che Namikoshi riuscì a ottenere dal Ministero della Sanità il riconoscimento ufficiale della propria scuola. La strada era così aperta al successivo riconoscimento legale dello shiatsu come pratica terapeutica autonoma e diversa dalle pratiche di massaggio; siamo nel 1964.

Negli anni Sessanta il maestro Shizuto Masunaga (1925-1981), docente di psicologia all'Università di Tokyo, dopo aver studiato per anni alla scuola di Namikoshi se ne distaccò per creare un proprio stile, diffuso poi in Occidente con il nome di Zen Shiatsu. Per molti versi si può parlare, con Masunaga, di un ritorno alla più antica tradizione orientale di cura che considerava

<sup>1</sup> Cfr. Meeus, C., Lundberg, P.(2000). *The Secrets of Shiatsu*. New York: Dorling Kindersley Publishing, p. 8.

<sup>2</sup> Cfr. Kishi, A., Whieldon, A., (2011). *Sei-ki: Life in Resonance, the Secret Art of Shiatsu*. London: Singing Dragon, p. 27.



la salute dell'uomo non solo come problema fisiologico autonomo, ma come squilibrio più generale nell'ambito dell'evoluzione personale, comprendente aspetti funzionali, energetici, psichici e dello stile di vita. Prima di entrare nel merito del sistema Masunaga, diamo però uno sguardo alla cornice teorica che fonda questa pratica.

### I fondamenti teorici

Come ha ben sintetizzato Pauline Sasaki<sup>3</sup>, per capire lo shiatsu è necessario prima conoscere alcuni concetti base della medicina orientale in generale. I fondamenti della medicina orientale sono rintracciabili nella Cina del II e III secolo a.C. circa, quando, forse per la prima volta, venne descritto un sistema di canali energetici chiamati 'meridiani', nel *Classico di medicina interna dell'Imperatore Giallo*.

*Questa percezione del corpo come un sistema di meridiani, si formò in un momento in cui la religione dominante proibiva qualunque tipo di invasione chirurgica all'interno del corpo umano. Vedendosi negate le procedure che avrebbero rivelato la struttura e le funzioni del corpo, i cinesi svilupparono tramite l'osservazione e l'intuito una metafora pratica che descrivesse l'anatomia e la fisiologia del corpo.*

*Questa concentrazione particolare sull'energia piuttosto che sull'anatomia è forse la differenza fondamentale tra la medicina occidentale e orientale. Quando il corpo è analizzato da un punto di vista anatomico, si mostra come un insieme di parti separate che esistono a prescindere dal fatto che il proprietario sia vivo o morto. Esaminato da un punto di vista energetico invece, il corpo si vede funzionare come risultato di una forza dinamica vitale (chiamata Ki) che funge da collegamento comune tra tutti i tessuti e gli organi del corpo.<sup>4</sup>*

Secondo la MTC per mantenersi in buona salute è importante il modo in cui il Ki fluisce nell'organismo. Discipline come

l'agopuntura o lo shiatsu hanno l'obiettivo di preservarne o ristabilirne il fluire equilibrato. Il *Ki*, o *Qi* in cinese, è la forza vitale che ci fa funzionare come unità. I cinesi avevano minutamente descritto i suoi percorsi; nelle mappe, un complesso disegno di punti, canali primari e rami secondari, segnalano dove il *Ki* fluisce collegando insieme corpo, mente e spirito in una visione olistica dell'uomo. Infatti l'uomo è un universo in miniatura, regolato secondo le medesime regole del grande universo e animato dalle due forze opposte e complementari dello Yin e dello Yang, la cui interazione continua dà origine a tutto ciò che esiste nel mondo del visibile e dell'invisibile, compreso la vita. Nella cosmologia taoista il grande universo è la manifestazione del Tao, l'immutabile, eterno e senza forma che 'fluisce attraverso tutte le cose'. È l'energia allo stato puro che chiamiamo *Tao* a dare origine alla polarizzazione primordiale *YinYang*, che è ciclica (il Tao è movimento ciclico, è oscillazione). Il *Ki* è la manifestazione del Tao attraverso questo ciclo. L'interazione di Yin e Yang si concretizza, in particolare, nei *Cinque Elementi* Acqua, Legno, Fuoco, Metallo, Terra, che non rimandano quindi strettamente agli elementi naturali ma, in senso analogico, ai modi in cui il *Ki* si esprime. Dai Cinque Elementi nascono poi le 'diecimila cose' che compongono l'universo. La realtà naturale che l'uomo vive, a partire dal ciclo delle stagioni, è interpretabile sulla base di questi veri e propri archetipi.

Gli stessi archetipi li ritroviamo poi nell'uomo: l'energia vitale scorre ininterrottamente nel nostro corpo nell'arco delle 24 ore (ciclo circadiano). Nell'uomo le cinque manifestazioni sono associate a diversi aspetti organici, psichici e spirituali. Le funzioni fisiologiche sono rappresentate dagli *Zang-Fu*, gli organi e i visceri. Ad ogni organo e viscere corrisponde un meridiano principale. I *meridiani* che scorrono lungo

<sup>3</sup> Cfr. Sasaki, P. *Shiatsu: A Overview*. In F. Tappan, J. Patricia Benjamin, (Eds), *Healing Massage Techniques*. Connecticut: Appleton & Lange. [www.shiatsu.mi.it/cultura\\_agg\\_art3.htm](http://www.shiatsu.mi.it/cultura_agg_art3.htm)

<sup>4</sup> *Ibidem*.



il corpo agiscono da tramite tra gli stimoli originati dall'ambiente e gli Zang-Fu. Per cui abbiamo corrispondenze di questo tipo:

Elemento	YinYang	Stagione	Meridiano	Funzioni	Emozione	Aspetto spirituale
Metallo	Yin	Autunno	Polmone	Assunzione del Ki	Dolore	Po - Anima corporeale (memoria del corpo)
	Yang		Intestino Crasso	Eliminazione		

L'esempio è però riduttivo rispetto all'ampiezza di analogie previste in MTC, che coinvolgono anche sapori e odori, colori e climi ecc. La medicina cinese si fonda sull'idea di un'unità dinamica di tutte le cose, leggibile secondo il criterio della corrispondenza sistematica. È una visione olografica: l'uomo è tutto, nell'uomo si trova tutto.

#### Da Namikoshi a Masunaga

Ad oggi l'unica scuola di shiatsu ufficialmente riconosciuta dal Ministero della Sanità giapponese è quella fondata da Namikoshi. Lo stile Namikoshi opera su tutto il corpo con pressioni digitali e stretching seguendo la codificazione di una mappa originale, in cui sono individuati una serie di punti anatomo-fisiologici distribuiti lungo il percorso dei grandi rami nervosi, dei grandi vasi della circolazione sanguigna, del sistema muscolo-scheletrico, degli organi; molti di questi coincidono con gli tsubo (punti) dei canali nei quali, per la MTC, scorre l'energia. Namikoshi non ha però inteso utilizzare la 'via energetica'. Gli stimoli provocati dalle pressioni seguono la via di trasmissione del sistema nervoso così come lo conosciamo nella medicina convenzionale. Il suo stile è inoltre caratterizzato dall'esistenza di una tecnica base, una sequenza completa e codificata di lavoro su tutto il corpo (il kata) che viene ripetuta con poche varianti su tutte le persone. È uno stile che segue una visione prevalentemente fisiologico-anatomica della cura e si concentra efficacemente sul sintomo. Shizuto Masunaga si laurea in Psicologia nel 1949. Divenuto professionista shiatsuka con Namikoshi, nel '59 il suo maestro lo vuole collaboratore presso l'Accademia come insegnante di Psicologia Clinica. Ci rimane per 10 anni fino alla decisione di fondare, nel

1968, lo *Iokai Shiatsu Center*. Qui continuerà ad elaborare la propria ricerca intorno al Keiraku Shiatsu, lo Shiatsu dei Meridiani.

Se Namikoshi è andato incontro all'Occidente collegando la sua pratica alla scienza medica di tipo allopatico, e ad una modalità di cura sintomatica, con Masunaga abbiamo un duplice ampliamento prospettico, un ritorno alle radici e il loro arricchimento sulla base delle conoscenze neurologiche e psicologiche moderne. Da un lato Masunaga approfondisce lo studio degli antichi testi di filosofia e medicina orientale (era sinologo). Grazie a questa passione riorienta lo shiatsu nell'alveo della tradizionale dimensione terapeutica, attraverso il collegamento energetico micro-macrocosmico. Dall'altro lato è un innovatore: riesce a integrare la visione olistica della MTC con le conoscenze più moderne, in un quadro teorico complesso e aperto alla possibilità di numerosi approfondimenti. Sul piano empirico, nella sperimentazione sul campo, matura un'idea della natura dei meridiani nuova e antica allo stesso tempo. Vediamo allora più da vicino cos'è il Keiraku Shiatsu attraverso alcuni degli aspetti più importanti.

#### Keiraku Shiatsu

- Profondo conoscitore del taosimo buddhista, nonché shintoista, Masunaga inquadra la sua tecnica in un sistema filosofico alla cui base rimane la MTC ma collocandosi su un piano diverso, come se, potremmo dire, la medicina cinese fosse la matematica e il sistema Masunaga fosse una complessa teoria economica. Si tratta di un sistema binario: *"La dialettica corrisponde alla teoria orientale dello Yin-Yang, nella quale i fenomeni naturali vengono interpretati e spiegati in un'ottica 'circolare' in sé conclusa"*<sup>5</sup>.

<sup>5</sup> Masunaga, S., Ohashi, W., (1980). *Zen Shiatsu. La terapia shiatsu secondo i principi dello zen*. Roma: Ed. Mediterranee. p. 14.



In quest'ottica Masunaga colloca anche l'attività diagnostica. La diagnosi orientale porta il terapeuta a percepire gli squilibri dell'energia vitale, Ki, nel paziente: l'energia che si esprime nei meridiani può essere percepita secondo due qualità, come Kyo o come Jitsu. *“Questi concetti sono molto simili a quelli di Yin e Yang. Kyo denota la condizione di esaurimento dell'energia, lo stato di 'ipo', Jitsu denota la condizione di eccesso di energia, lo stato di 'iper’.”*<sup>6</sup> La diagnosi si esegue con tutti i sensi ma particolare importanza ha la setsu-shin, la diagnosi attraverso il tatto. Affinché sia efficace deve essere realizzata usando contemporaneamente le due mani. Solo così il terapeuta può percepire l'eco vitale (Hibiki) o 'sensazione del due-come-uno'. Si tratta di un aspetto di originalità della sua tecnica rispetto ad altri stili. Un'ulteriore innovazione la ritroviamo nella diagnosi di Hara, della pancia, che nella tradizione orientale ha sempre avuto un'importanza centrale. I meridiani di Masunaga partono tutti da Hara, il centro dell'energia, e distribuiscono il Ki in tutto il corpo.

- Masunaga recupera dalla MTC la teoria dei Cinque Elementi e, dalla teoria cinese degli Zang-Fu il concetto di *funzione*, che però, visto nell'ottica dei cinque elementi, viene ad assumere un'importanza centrale. Il concetto del 'meridiano come funzione' rappresenta in nuce la differenza più grande tra Masunaga e la MTC: se quest'ultima è primariamente interessata al corpo visto come un meraviglioso laboratorio alchemico, nel quale gli organi esprimono funzioni che trovano analogie nella realtà naturale e dove l'attenzione è più rivolta a spiegare patologie e sindromi, lo psicologo Masunaga conserva l'aspetto archetipico degli elementi ma il suo sistema risulta più simbolico e dinamico. Nel trattamento shiatsu il contatto corporeo è indirizzato alla ricerca del Ki nelle sue diverse qualità, a partire dal quale si entra in contatto con tutti i livelli di espressione delle funzioni vitali, fisico, emotivo, mentale, finanche spirituale. Queste funzioni sono viste in senso dinamico: la loro realtà ci spiega non tanto o anzitutto la patologia, ma come

la persona vive e si relaziona col mondo. Lo shiatsu diventa allora una comunicazione in cui chi tratta (in giapponese Tori) dialoga con la persona trattata (Uke) nella sua unità, entra in risonanza con il suo stato energetico globale. Attraverso questo 'risuonare' Tori accompagna Uke nel riequilibrio energetico e nella guarigione, in un'ottica che torna ad essere di prevenzione. Non a caso Masunaga ha inteso lo shiatsu come Do, come via di evoluzione personale, e di più, come una sorta di zen reciproco da persona a persona. In Masunaga i meridiani-funzione non sono linee, luoghi 'logici' che uniscono punti, non più rigidamente associati ai reperi anatomici, ma fluidi, adattati alle forme, vivi. Non sono sempre identici da persona a persona e di momento in momento. Sono percorsi caratterizzati da certe qualità energetiche variabili, da uno spessore, da profondità e consistenza. Hanno qualità che risuonano, di cui si può fare esperienza con i sensi, un'esperienza 'vibrazionale' come se avessero una loro frequenza e ampiezza. La mappa non è il territorio: in quest'ottica il maestro codifica negli anni una propria mappa (vedi figura) recuperando antichi disegni e la sapienza dell'Anma, ma compiendo una riscrittura originale dei percorsi energetici, estendendo (rispetto all'agopuntura) ogni percorso del singolo meridiano su tutto il corpo. Questa nuova visione è coerente con la legge delle Cinque Trasformazioni, dove ogni qualità energetica (elemento, fase) si esprime in uno spettro di manifestazioni, sia nella contrazione (come organi, tessuti, secrezioni ecc.) che nell'espansione (come colori, suoni, emozioni, shen ovvero spirito, ecc.), o tradotto in altri termini, sia sul piano infrarosso sia sul piano ultravioletto. Con Masunaga potremmo dire, per esempio: quell'energia che nel mondo si manifesta come Autunno, come clima secco o colore bianco (la fase Metallo), nell'uomo la ritroviamo sottoforma di funzione vitale, come vedremo una funzione archetipica di scambio ritmico col mondo, e possiamo trovare un dialogo con questa funzione in

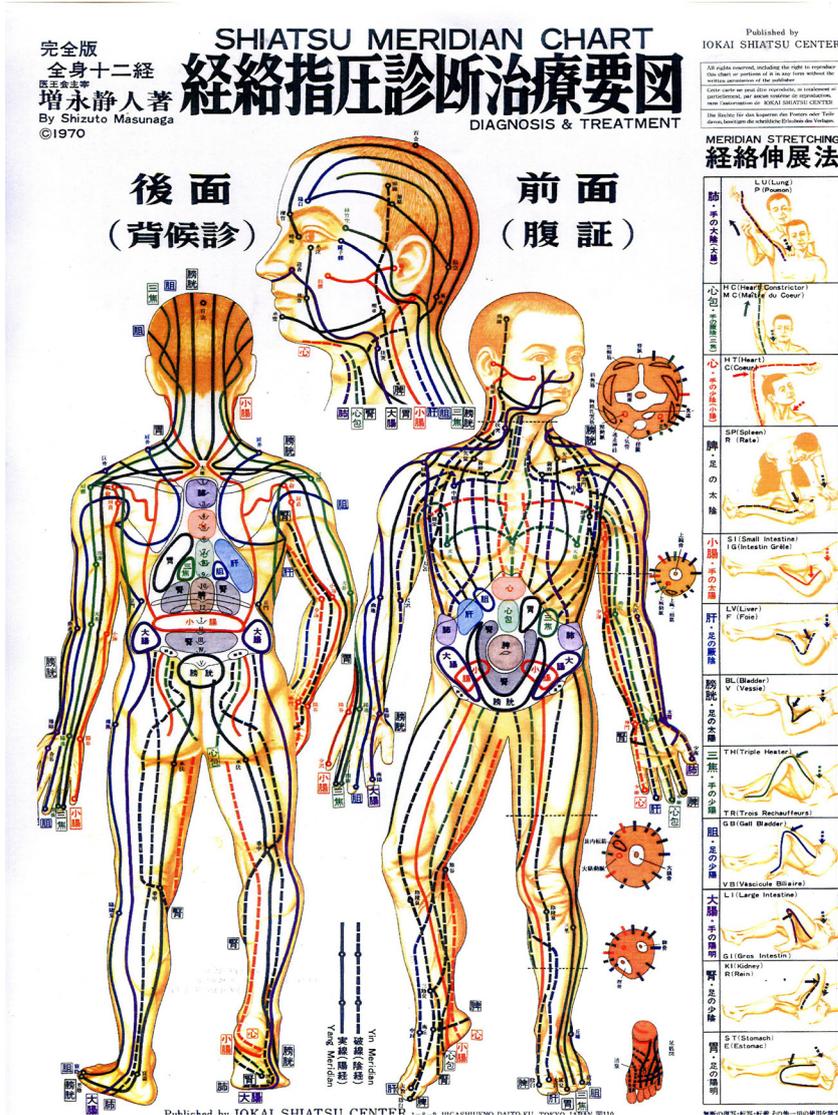
<sup>6</sup> *Ivi*, p. 45.

quei luoghi speciali che sono i meridiani di Polmone e Intestino Crasso. Masunaga non esclude tutto ciò che la tradizione associa ai meridiani: il Metallo è ancora rappresentativo di un tessuto del nostro corpo, la pelle, o di un'emozione, il dolore, ma con lo shiatsu

• L'idea del meridiano-funzione, del meridiano come 'movimento in vita', può trovare una valida metafora esplicativa nel "ciclo vitale" di un organismo unicellulare come l'ameba:

*Le amebe adempiono alle funzioni vitali di base della locomozione, ingestione, eliminazione e riproduzione e sono anche capaci di avere reazioni di difesa, allo stesso modo delle più evolute forme di vita come quella umana. Tutte queste funzioni vitali di base dipendono dall'attività dei meridiani [...] i meridiani ed il movimento del protoplasma in un organismo unicellulare sono la stessa cosa chiamata con nomi diversi.<sup>7</sup>*

Il disegno 'Costruzione del Meridiano' (vedi figura), è una sintesi straordinaria: riassume l'ordine del Ciclo della Vita collegando l'azione delle 6 funzioni vitali con i 12 Meridiani e i movimenti dell'ameba. Così possiamo riconoscere l'ordine delle funzioni e la loro natura. Sintetizzando molto:



Shiatsu Meridian Chart, pubblicata nel 1970, con versione definitiva nel 1977.

si entra in risonanza primariamente e più globalmente con il movimento vitale dell'elemento, con la funzione archetipica, il che implica che a seconda di come viene praticato il trattamento, i suoi effetti potranno manifestarsi su piani diversi, da quello più denso, fisico, a piani più sottili. In tal senso Masunaga fece una scoperta che preparò il terreno per i successivi sviluppi nello shiatsu: il modo in cui Tori utilizza la propria energia determina come percepirà l'energia di Uke.

PRIMO STADIO - La costituzione di un'identità individuale attraverso la 'creazione di un confine'. La membrana è ciò che separa l'ameba dall'esterno, ma deve essere permeabile per scambiare energia con il mondo. Nell'uomo il meridiano di Polmone governa la pelle. L'azione di immettere il Ki dal mondo esterno e portarlo nel corpo è rappresentato dal sistema respiratorio.

<sup>7</sup> Masunaga, S., (1996). *Zen per immagini. Esercizi dei meridiani per una vita sana*. Roma: Ed. Mediterranee, p. 62.



Su un piano simbolico il respiro fa partire la vita (è il primo pianto del neonato). L'Intestino Crasso rappresenta la funzione dell'eliminazione di ciò che non serve più, sia attraverso la pelle sia attraverso l'intestino crasso (la prima forma di eliminazione è il meconio). *"In termini psicologici il trattenere o il non esprimere emozioni e sentimenti incide sull'intestino crasso. Il lasciar uscire l'aria intestinale, quando capita, può simbolicamente essere interpretato come il lasciar andare un'emozione repressa."*<sup>8</sup> I meridiani di P e IC rappresentano, in conclusione, le funzioni vitali di *immissione ed eliminazione*. Le parole chiave che potrebbero riassumere questa fase del ciclo sono: *'vitalità e ritmo attraverso lo scambio'*.

SECONDO STADIO - Una volta formata un'individualità il bisogno fondamentale è nutrirsi. Immaginiamo che l'ameba incontri una molecola di 'cibo'. Le sue azioni saranno quelle di formare uno pseudopodio per raggiungerla, avvolgerla e cominciare a digerirla. Questi movimenti rappresentano la funzione dei meridiani Stomaco e Milza. L'energia Yang dello Stomaco esprime il fattore appetito e il moto verso la soddisfazione. La Milza espleta la funzione Yin di incorporare e fagocitare l'oggetto, lo elabora in forma digeribile, stabilisce il possesso e la consapevolezza del conseguimento. Per l'uomo l'oggetto può essere qualsiasi cosa ritenga utile al proprio benessere: non solo cibo, ma nozioni, amore, approvazione, status. *"Anche la corteccia cerebrale è in un certo qual modo correlata alla digestione, perché 'i fatti sono digeriti pensando'. Quando c'è uno squilibrio di Milza si ha la tendenza a pensare e a preoccuparsi troppo, così come ad aver sempre fame ed essere sempre in cerca di cibo."*<sup>9</sup> Le parole chiave in questa fase sono *appetito, assunzione del nutrimento e trasformazione*.

TERZO STADIO - È l'assimilazione nella nostra identità dell'oggetto desiderato. Rappresentano questo processo Intestino Tenue e Cuore. Il primo seleziona e assorbe gli elementi buoni, nutritivi, li assimila per poter nutrire il secondo (il nucleo centrale

del nostro essere individuale, la nostra consapevolezza). A seconda dei bisogni, IT assimila solo ciò che è appropriato: cibo, impressioni sensoriali, informazioni, sistemi di convinzioni e input emotivi; non tutto può arrivare al Centro. Il meridiano di Cuore lavora per integrare gli stimoli e fornire una risposta al mondo. Il movimento dell'energia in questo processo è verso l'interno e i meridiani coinvolti sono sulla superficie interna degli arti, quando siamo in posizione eretta anatomica. Le parole chiave che definiscono queste funzioni sono *assimilazione e integrazione*.

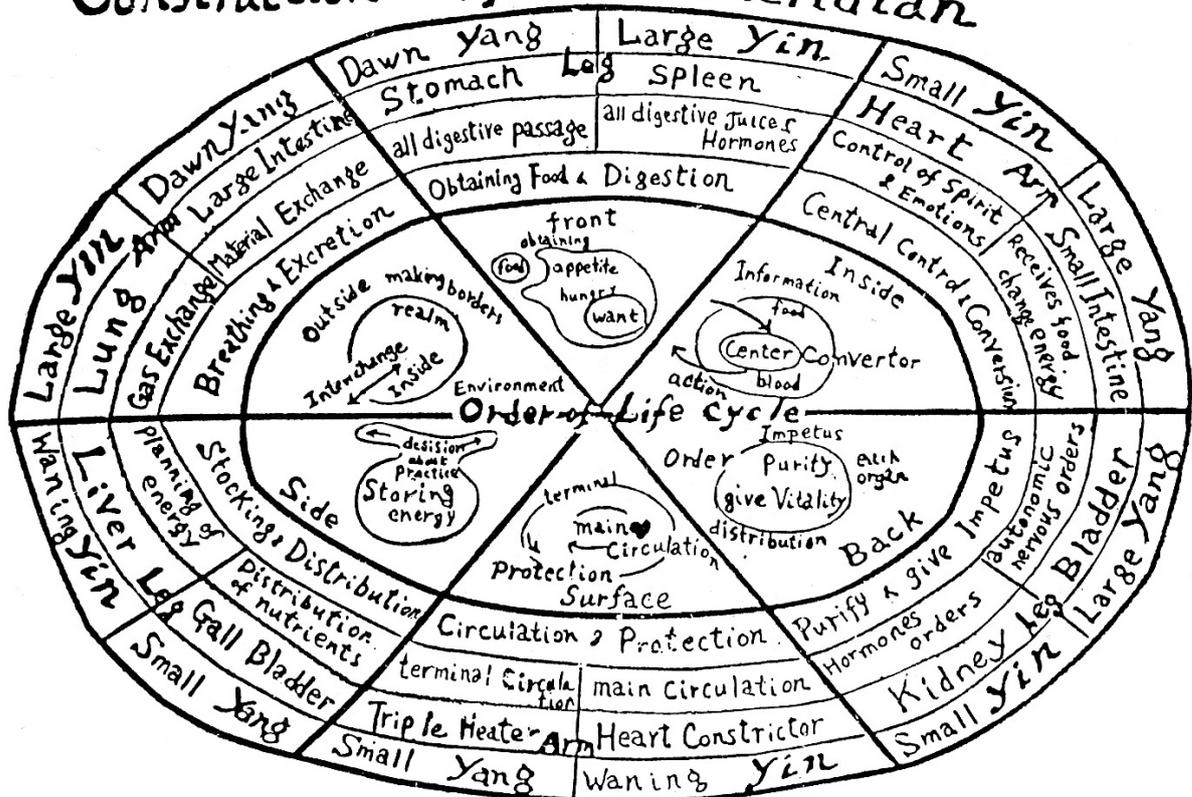
QUARTO STADIO - Il ciclo energetico ha raggiunto il centro dell'identità, il Cuore. L'organismo è in grado di sostenersi e rispondere ad altri stimoli dell'ambiente. La fase successiva rappresenta la circostanza più importante in cui si può trovare, il pericolo. Di fronte a una minaccia nasce il bisogno di fuggire, dando luogo a una reazione opposta a quella del secondo stadio. I meridiani di Vescica e Reni rappresentano questo movimento vitale e si trovano nella parte posteriore del corpo. In Oriente i reni sono considerati gli organi più legati alla vitalità e al movimento. Regolano i fluidi, purificano il sangue e controllano tutto attraverso la regolazione ormonale. Questo si collega anche alla risposta individuale allo stress. Vescica è associato al funzionamento del sistema nervoso autonomo ma governa anche gli organi di eliminazione dei fluidi, come risultato dell'azione di filtro, di purificazione. Le parole chiave per questo stadio sono *purificazione e impeto*.

QUINTO STADIO - L'ameba deve anche adattarsi all'ambiente (cambiamenti di temperatura, agenti inquinanti ecc.). Il Ki ormai raffinato viene utilizzato dai meridiani di Mastro del Cuore e Triplice Riscaldatore perché, in modo protetto, sia fatto circolare e messo a disposizione di tutto il corpo. Mastro rappresenta la funzione della circolazione centrale, Triplice controlla la circolazione periferica e la capacità di autodifesa. Anche qui troviamo una funzione che si esprime

<sup>8</sup> *Ivi*, p. 68.

<sup>9</sup> *Ivi*, p. 69.

## Construction of Meridian



S. Masunaga, Construction of Meridian. Copyright IES

in una qualità Yin e una Yang: essendo il protettore centrale del Cuore, Mastro è associato alle nostre intime risposte emotive, mentre Triplice è implicato nell'ambito delle relazioni con gli altri. Le parole chiave di Masunaga sono *circolazione e protezione*.

SESTO STADIO - Le funzioni metaboliche che si sono svolte hanno assicurato una riserva di elementi nutritivi ed energia. Il Ki è pronto per l'utilizzo. Come usarlo al meglio? Questo ultimo stadio è anche la preparazione per un nuovo ciclo. I meridiani di Fegato e Cistifellea svolgono a questo punto la funzione di controllare la distribuzione del Ki in funzione delle azioni da compiere. Il Fegato lavora per immagazzinare sostanze essenziali e rifornire il corpo dell'energia necessaria per mantenersi in pieno vigore (anche decomponendo le sostanze potenzialmente nocive). La Cistifellea, come vuole la tradizione orientale, è associata al concetto di 'bile' come fonte di forza e decisione. In termini generali il meridiano controlla la distribuzione, per esempio la quantità e il bilanciamento degli enzimi digestivi. Sul

piano psicologico è collegato alla capacità di prendere decisioni e realizzare un'azione. La principale funzione energetica di questi meridiani è quindi *pianificare* attività e poi realizzarle scegliendo una direzione, *decidere* delle azioni. Nel corpo i due meridiani si collocano in posizione speculare l'un l'altro: Fegato percorre l'interno degli arti (Yin), mentre Cistifellea si sviluppa lungo i due lati del corpo, indicando anche anatomicamente il rapporto con la bilateralità del momento decisionale: vado di qua o di là?

*Il significato di queste funzioni può essere interpretato in una varietà di diversi livelli incluso quello fisico, emotivo, intellettuale e spirituale. Per esempio, uno squilibrio evidenziato a livello del meridiano di IT indica che il procedimento di assimilazione potrebbe essere compromesso. Su di un piano fisico, questo squilibrio potrebbe indicare una carenza a livello dell'assorbimento del nutrimento negli intestini. [...] Se il rimedio si rivolge ai*



*problemi di assimilazione, i sintomi fisici si acquieteranno automaticamente. Su di un piano emotivo, un problema di assimilazione potrebbe risultare nel caso di una eccessiva quantità di stimoli emotivi originati dall'ambiente circostante. [...] Questo squilibrio si può manifestare con sintomi come ipersensibilità, l'incapacità di gestire situazioni emotive, o l'incapacità di riportare alla memoria esperienze traumatiche. Su di un piano intellettuale, uno squilibrio del meridiano dell'IT può indicare una incapacità a comprendere appieno concetti astratti ed un'incapacità nel seguire i particolari. Sintomi di questo potrebbero essere un eccessivo preoccuparsi, ansietà, o concentrazione eccessiva su dettagli irrilevanti. Su di un piano spirituale, un problema di assimilazione potrebbe manifestarsi con il venire travolti dall'emozione durante esperienze religiose o con una mancanza di compassione dovuta alla incapacità di reagire emotivamente. Possiamo quindi vedere come da un'unica causa, la scarsa assimilazione in questo esempio, possano scaturire una varietà di sintomi. Se lo squilibrio del meridiano viene corretto, si avranno ripercussioni positive su tutti i livelli.*<sup>10</sup>

### **Quantum Shiatsu®**

Pauline Sasaki (1946-2010), figlia di giapponesi immigrati in USA prima della Seconda Guerra Mondiale, è stata allieva di Masunaga. A lei e agli altri allievi il maestro ha lasciato il compito di sistematizzare e divulgare il Keiraku Shiatsu, in particolare di sviluppare uno degli aspetti incompiuti del suo lavoro: trovare il modo più adeguato per contattare e spiegare la natura dinamica dell'energia. Sperimentando in questo senso per molti anni Sasaki è arrivata a maturare una nuova visione rivoluzionaria nel campo dello shiatsu. Il Quantum Shiatsu è uno sviluppo del sistema Masunaga che utilizza alcuni principi del metodo Alexander e della Fisica quantistica.

Pauline scelse la fisica quantistica come

teoria di riferimento metaforica perché è una teoria che non separa materia ed energia, permettendo di descrivere meglio l'esperienza del tocco shiatsu. Ispirandosi ad alcuni concetti quantistici Sasaki ha sviluppato l'idea per cui: 1) l'essere umano può essere visto come un campo energetico in continua contrazione ed espansione; 2) possiamo pensare al Ki come ad una forma di vibrazione. Un esempio comune di percezione è quello della differenza di temperatura, ma il terapeuta sviluppa con l'esperienza una sensibilità in grado di percepire qualità sottili, per esempio di squilibri energetici associati alla malattia. Nell'esperienza del tocco si può percepire un Ki lento e pesante, cioè con basse frequenze, e un Ki leggero e veloce, con frequenze più alte. Cosa vuol dire allora risuonare con un campo vibrazionale? Significa poter immaginare che il Ki abbia anche aspetti non propriamente corporei. La ricerca di Sasaki si concentrò appunto nel tentativo di comprendere come sia possibile, attraverso la tecnica shiatsu, cogliere informazioni di tipo vibrazionale ad ampio spettro. La Tecnica Alexander (mirata alla consapevolezza dell'equilibrio, della postura e del movimento del proprio corpo) gli suggerì che l'energia può essere distribuita dinamicamente e in modo espanso nel corpo, utilizzando la colonna vertebrale come asse verticale, simbolicamente asse tra Terra e Cielo. Così sperimentò che nel trattamento shiatsu si possono utilizzare diverse centrature: Tori può centrarsi in Hara, entrando in contatto con il Ki più denso, fisico ed emotivo di Uke, oppure può spostare la centratura verso l'alto, entrando in risonanza con i meridiani su livelli più sottili, come il mentale e lo spirituale. Nacque così la tecnica dell'amplificazione del campo energetico, utilizzando l'apertura della colonna vertebrale e della vista periferica.

Questo tipo di dinamica darebbe accesso in senso più ampio al campo energetico di Uke. Nel Quantum Shiatsu il corpo fisico

<sup>10</sup> Sasaki, P., *Shiatsu: A Overview*, cit.



si mostra come un universo in miniatura attraversato e plasmato da un ampio spettro di energia. Ma se si è in grado di avvertire il corpo energetico nella sua espansione si può anche arrivare a vivere l'esperienza di un insieme più grande di vibrazioni, che Sasaki chiama 'il corpo eterico'. Questo corpo eterico ha a sua volta la capacità di espandersi in un corpo ancora più grande chiamato 'corpo astrale'.

*Nel Quantum Shiatsu, approfittiamo di questo vasto bacino di energia infondendolo nel corpo fisico attraverso il processo di contrazione. Lo facciamo integrando meridiani, punti di pressione, chakra, e i fili virtuali del nostro DNA con la tecnica Shiatsu. Lavorare in questo modo produce un allineamento di energia in una struttura di tipo reticolare, che attiva la natura virtuale di ciò che siamo. Si passa da un campo tridimensionale in un campo multidimensionale, dove la forma fisica agisce come un ologramma. In un ologramma, ogni parte contiene il tutto. Questo ci permette di influenzare l'intera forma umana e mantenere l'integrità dell'intero con ciascun tocco.<sup>11</sup>*

Questo 'modello dei livelli di frequenza' (elaborato in seguito insieme a Clifford Andrews) sviluppa in un approccio multidimensionale, in cui il terapeuta interagisce attraverso il tocco con l'intero sistema energetico dell'uomo, che Sasaki chiama anche 'Sé energetico'.

#### **Patrizia Stefanini e l'Hadoshiatsu®**

Da Masunaga al Quantum Shiatsu vediamo tramandarsi un approccio alla cura: Masunaga è stato il primo a portare nello shiatsu quel ribaltamento di ruoli per cui al centro c'è la capacità di guarigione della persona e l'operatore agisce come sostenitore del processo. Non serve l'ego per praticare shiatsu, è invece importante il lavoro dell'operatore su di sé. Un'attenzione empatica è la modalità di relazione più adatta tra Tori e Uke. Vediamo qui già presente il suggerimento di adottare un

adeguato atteggiamento mentale: il modo in cui l'operatore si pone fa già parte del trattamento.

Se Pauline Sasaki ha approfondito la comprensione di come Tori può percepire sul piano energetico Uke, ispirandosi alla fisica quantistica, nel lavoro di Patrizia Stefanini<sup>12</sup>, allieva diretta di Sasaki, l'incontro tra questi due mondi si compie e permette un'ulteriore evoluzione della teoria e della tecnica.

Da circa dieci anni l'Hadoshiatsu si sta sviluppando come stile che coniuga tradizione e modernità: dalle radici del Keiraku, attraverso lo sviluppo del Quantum, l'Hado si è proposto di coniugare il linguaggio della fisica quantistica moderna con il modello della tradizione Iokai. Da questo connubio sono nati spunti di riflessione rispetto al ruolo di terapeuta e al significato del tocco che rispetta e sostiene la vita. Inoltre si è avviato un processo di confronto e collaborazione tra scienziati e terapisti, finalizzato a fornire nuovi spunti alla medicina integrata del futuro.

Nella tradizione spirituale giapponese Hado è il potere innato di guarigione che appartiene ad ogni essere vivente. L'Hadoshiatsu unisce tradizione e modernità (ricerca scientifica) rileggendo il modello energetico dei meridiani utilizzato nello shiatsu alla luce di alcune delle più recenti teorie della fisica della materia vivente.

È scientificamente dimostrato che il lavoro con il peso rilassato, che l'Hadoshiatsu ha ripreso dal Quantum Shiatsu, consente di contattare il ricevente con uno stimolo capace di indurre una risposta profonda nel sistema vivente. La biofisica ci spiega inoltre che la profonda relazione empatica tra Tori ed Uke, e il conseguente scambio di informazioni che durante un trattamento avviene, è dovuta alla risonanza tra campi elettromagnetici dei due esseri viventi coinvolti nell'esperienza.

L'Hadoshiatsu si basa sulla connessione empatica, dove il ruolo di Tori non è più

<sup>11</sup> <http://thehumanpotentialdvd.com/quantumshiatsu.htm>

<sup>12</sup> Patrizia Stefanini è fondatrice e direttrice didattica dell'Istituto Europeo di Shiatsu di Milano e Firenze. È laureata in Fisica e specializzata in Fisica Sanitaria.



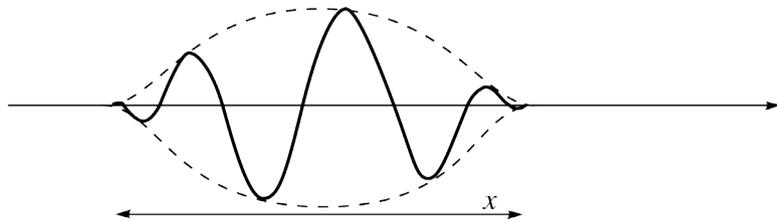
quello di modificare qualcosa in una visione ancora quantitativa, di bilanciare i vuoti e pieni energetici, né di 'dare energia' (come in certa prospettiva di medicina energetica), ma di essere presente a Uke nella maggiore consapevolezza possibile di sé in modo da sostenere le sue capacità di autoguarigione. Questo atteggiamento o intenzione, coerente con l'insegnamento della tradizione orientale, trova sostegno in alcune considerazioni scientifiche moderne.

L'esplorazione del mondo subatomico ha rivelato che la materia è intrinsecamente dinamica: non tanto fatta di mattoni fondamentali, ma di elementi che esistono solo in quanto sono in relazione tra loro, in una realtà concepibile come una rete di interazioni, di configurazioni dinamiche. Nel mondo subatomico le particelle si comportano come onde, e viceversa, allo sguardo di un osservatore. Le ricerche scientifiche applicate alla dinamica dei sistemi viventi mettono ancor meglio in luce che la natura della realtà non solo è dinamica, ma anche collettiva: tutto si muove, vibra in una realtà 'entangled' in cui i sistemi viventi sono sistemi aperti e dissipativi, cioè in una imprescindibile relazione di reciprocità micro-macrocosmica con gli altri viventi e con il mondo.

Utilizzando tale visione e il linguaggio proprio della fisica della materia vivente, fatto di 'campi', 'oscillatori', 'risonanze di fase', 'coerenza', Patrizia Stefanini rilegge la relazione operatore-ricevente nello shiatsu, sin dalle fondamenta.

Per esempio rivisita il concetto di Ki. Tradizionalmente questa parola viene tradotta come 'energia', o 'soffio vitale' (idea che meglio rimanda a un dinamismo). Stefanini osserva che da un lato potremmo paragonarlo in termini occidentali alla Coscienza, ad una coscienza incarnata, strettamente connessa agli organi e alle loro funzioni<sup>13</sup>. Questa interpretazione ci

avvicina anche al concetto di Cognizione, come dimensione intrinseca al fenomeno della vita, elaborato da Maturana e Varela<sup>14</sup>. Da un altro punto di vista, più legato alla fisica, il Ki potrebbe essere visto come un



Tiziano Vecellio. *Baccanali per Alfonso I d'Este, Gli Andrii*, 1523-1524, olio su tela, Museo Nacional del Prado, Madrid.

segnale che viaggia portando informazioni nel sistema.

Negli anni in cui Pauline Sasaki portava avanti la sperimentazione sulle qualità vibrazionali dell'energia nell'uomo, Patrizia Stefanini suggerì l'idea, nell'ottica del Quantum Shiatsu, che in termini fisici è possibile attribuire ai meridiani una natura, diremmo oggi, frattalica: possiamo vederli come vibrazioni costituite dalla compresenza delle diverse frequenze di quella informazione che chiamiamo Ki. In fisica, quando abbiamo la sovrapposizione o somma di onde con ampiezza e frequenza diverse abbiamo un 'pacchetto d'onda'. Il meridiano, nella sua natura vibrazionale, può essere visto appunto come un pacchetto d'onda. In esso si trovano sempre tutti i livelli di frequenza che rimandano alla poliedrica natura del Ki: analizzandolo sul piano teorico, infatti, il Quantum shiatsu permette di percepirlo nella sua natura più lenta e densa (Ki fisico), nella sua vibrazione più veloce ma percepibile attraverso i sensi (Ki emotivo e mentale) e nella sua vibrazione ancor più veloce, sottile e non definibile spazialmente (Ki spirituale).

Grazie alla collaborazione e all'amicizia con il fisico Emilio Del Giudice la prospettiva quantistica di Stefanini si è ulteriormente

<sup>13</sup> Cfr. Stefanini, P. *Shiatsu e Fisica Quantistica: le inaspettate affinità* In *Scienza e Conoscenza*, n. 45.

<sup>14</sup> Maturana, H.R., Varela, F. (2001). *Autopoiesi e cognizione. La realizzazione del vivente*. Padova: Marsilio.

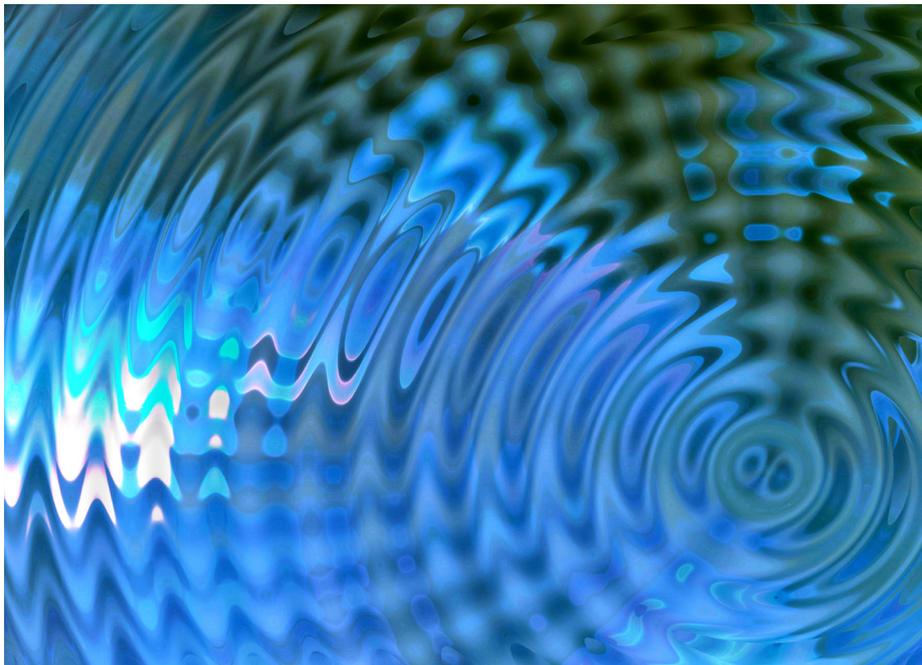
arricchita. Nei suoi studi sul ruolo dell'acqua nella vita, Del Giudice rilevava che il nostro corpo, come numero di molecole, è costituito da circa il 99% da molecole d'acqua, il cui ruolo in biofisica rimane tutt'ora sottovalutato. Eppure è proprio il gran numero di molecole d'acqua, con la loro capacità di 'oscillare in fase', cioè in modo coordinato come un corpo di ballo, a generare quel campo elettromagnetico che nel nostro corpo governa le reazioni

in domini e superdomini di coerenza. In esso informazione ed energia si muovono con proprietà specifiche che si traducono in gradi di efficienza di funzionamento del sistema. Ovvero in condizioni di salute.

Questi domini di coerenza nel tessuto connettivo sono una sorta di guaina acquosa che stringe catene molecolari. È qui che l'energia catturata dalle molecole arriva. Essa viaggia nei meridiani sotto forma di solitoni, pacchetti d'onda localizzati che non

dissipano energia nel proprio movimento. Quando incontrano una 'situazione metabolica' che richiede proprio la quantità di energia che detengono, i solitoni cedono la propria e cessano di esistere<sup>17</sup>.

Il tocco Hado è in grado di entrare in relazione con il campo di energia racchiuso nei meridiani: allora è possibile adottare nello shiatsu uno



biochimiche<sup>15</sup>. Gli esperimenti condotti sulla capacità dell'acqua di trattenere e trasmettere informazioni, ci permettono di pensare all'essere umano in termini quantistici come composto da un certo numero di cellule che vibrano in correlazione di fase e al Ki come ad un'informazione che viaggia in modo estremamente efficace grazie alle speciali proprietà delle molecole d'acqua di cui siamo fatti.

Anche i meridiani possono essere visti, a questo punto, con occhi diversi. Sarebbero interpretabili come percorsi privilegiati di propagazione di segnali elettromagnetici, se non come, più precisamente, "involucri d'acqua coerente che avvolgono catene molecolari, superdomini di coerenza nel tessuto connettivo"<sup>16</sup>.

Il meridiano come definito nell'Hado è il luogo in cui l'acqua biologica si organizza

sguardo olografico-olistico, sperimentando l'insieme dei meridiani come una rete integrata (entangled) e interpretando l'uomo alla stregua di un sistema informato che funziona come un network cognitivo, una rete in cui non c'è distinzione tra mente e corpo<sup>18</sup>. In una visione che non separa materia, emozione, spirito, nell'esperienza del tocco Hado, attraverso il singolo

<sup>15</sup> Germano, R., (2012). *L'acqua e gli organismi viventi: intervista a Emilio Del Giudice*. In *Scienza e Conoscenza*, n. 39, gennaio-marzo.

<sup>16</sup> Cfr. Stefanini, P. *Shiatsu e Fisica Quantistica: le inaspettate affinità* In *Scienza e Conoscenza*, n. 45.

<sup>17</sup> Intorno all'ipotesi per cui un tocco 'terapeutico' sul corpo umano produce elettricità che si distribuisce in percorsi di trasmissione come i meridiani, Patrizia Stefanini sta portando avanti sperimentazioni e ricerche in questi anni, anche attraverso l'uso di strumentazione come la Thermocam.

<sup>18</sup> Cfr. Stefanini, P., (2011). *Ki in shiatsu*. In *Energy Medicine, East and West: a natural history of qi*, Capitolo 16, (p. 211). Oxford Churchill Livingstone Elsevier.



meridiano si incontra sempre tutto l'uomo. Un trattamento Hado si esprime sulla globalità del sistema cercando, nella risonanza dei campi in relazione, una correlazione di ritmi, in modo da lavorare 'in correlazione di fase'. L'Hado si basa sulla consapevolezza della natura intrinsecamente dinamica dei sistemi, dal micro al macro. L'ideogramma della parola Hado significa letteralmente 'movimento ondulatorio, vibrazione'. La 'fase' (che equivale al ritmo di oscillazione) interessa perché è qualcosa che ha a che fare con la comunicazione attraverso il tocco: se Tori riesce a entrare in una risonanza di fase con Uke, avviene l'Hado.

E cosa accade quando nel trattamento si riesce a lavorare in fase? I sistemi viventi possono essere considerati macrosistemi quantistici con precise proprietà, una delle quali è la 'coerenza', che rimanda al grado di organizzazione del sistema. Il grado di coerenza è direttamente proporzionale allo stato di salute. Tanto più siamo coerenti, o detto metaforicamente, tanto più nel corpo di ballo c'è intesa, tanto più siamo in salute. L'Hado da molta importanza alla natura collettiva dei sistemi viventi: muoversi in fase vuol dire che ognuno può avere il proprio movimento diverso dagli altri, tuttavia si è correlati, coordinati. Così, anche nell'individuo, *"la salute è legata alla capacità di essere risonanti, non solo a livello molecolare ma a livello cellulare e poi degli organi. Più il sistema è coerente più è sano. Mentre per esempio le cellule cancerogene vibrano una danza diversa, sono 'cellule impazzite', caotiche, non danzano, proliferano disordinatamente. E le cellule della sclerosi multipla sono come inchiodate."*<sup>19</sup>

La proprietà della coerenza nei sistemi viventi sembra essere strettamente collegata alle speciali proprietà delle molecole d'acqua biologica. Attraverso lo strumento dei meridiani (catene di molecole d'acqua coerente) l'operatore Hado lavora, dunque, per sostenere l'ordine di fase del sistema. In questo modo i meridiani vibrano in modo coordinato, il Ki scorre bene. Ciò che

interessa è far sì che il movimento vitale si mantenga ordinato, che tutte le funzioni che devono avvenire avvengano.

Per poter risuonare in fase con il ricevente c'è bisogno di uno stato di benessere e di una mente meditativa. L'Hado ha uno stile interno, fondamentale perché ci sia connessione empatica e quindi relazione di cura. La capacità di portare Uke in una direzione di salute è molto legata a quanto Tori è stato capace di prendersi cura di sé. E anche il piano mentale deve essere 'allineato': mettere ordine nella propria dinamica di fase significa anche calmare le fluttuazioni del mentale. È l'aspetto del mindset: ciò che pensiamo ha un effetto, perché nel mondo quantistico l'intenzione e il pensiero sono già azione.

L'idea della fisica quantistica moderna per cui la qualità della nostra vita è legata al grado di ordine interno del nostro sistema energetico determina nell'Hado Shiatsu lo sviluppo di una tecnica di trattamento appropriata e originale rispetto ad altri approcci. Ma è un principio molto interessante anche da un punto di vista psicologico.

Per quanto riguarda la tecnica, l'Hado rispetta il principio del 'minimo stimolo', formulato originariamente da Weber e Fechner nell'800 e ripreso poi, in psicodinamica, da Eva Reich. La relazione tra lo stimolo ricevuto da un organismo vivente e la risposta conseguente è importante in biofisica per comprendere le dinamiche interne di un organismo. Seguendo la lettura che ne dà Del Giudice<sup>20</sup> potremmo dire che quando uno stimolo fisico è al di sotto di un livello 'soglia' (livello dove la risposta organica è nulla) accade che al diminuire dello stimolo aumenta la risposta. Questo significa che l'organismo origina una risposta non rivolta verso l'esterno, ma verso l'interno, l'organismo cioè agisce su se stesso, si riorganizza. A sua volta ciò è indice del fatto che la coerenza interna di un sistema vivente è legata non

<sup>19</sup> *Ibidem.*

<sup>20</sup> Cfr. Tosi, M., Del Giudice, E., (2013). *Il principio del minimo stimolo nella dinamica dell'organismo vivente*. In E. Del Giudice, A. Giasanti, L. Marchino, (Eds), *Essere Umani. Prospettive per il futuro*, Milano FrancoAngeli.

tanto alla quantità di energia a disposizione ma al modo in cui è utilizzata. Nell'Hado è interessante proprio questo aspetto. Se è utile un minimo stimolo per produrre un'azione interna di aumento di coerenza, attraverso il tocco shiatsu si possono 'suggerire' cambiamenti organizzativi. Non serve la forza, meglio un tocco che 'sussurra alle cellule'. Il tocco Hado è un tocco delicato ed insieme profondo (dove il peso del corpo rilassato e in allineamento è tutto ciò che serve) perché quel che conta è entrare in risonanza.

La fisica quantistica ha aperto la possibilità di formulare nuove letture sulla natura della mente. Dal fitto carteggio rimasto a testimoniare il dialogo tra il fisico Pauli e Carl Gustav Jung, emerge un'idea del mondo psichico come risultato di un processo originantesi nel vuoto quantistico:

*il mondo della psiche, che non può incarnarsi in nessun particolare corpo materiale, [potrebbe] invece essere l'insieme delle relazioni risonanti stabilite attraverso il vuoto quantistico tra le varie parti dell'organismo, assicurandone un comportamento unitario; la psiche diventa perciò il modo di essere della materia organismica. Queste relazioni risonanti non richiedono un flusso di energia, quanto piuttosto, in accordo con l'intuizione di Prigogine, una concentrazione dell'energia interna già presente nell'organismo implicante una diminuzione della sua entropia. Il movimento dell'organismo non è quindi prevalentemente un movimento dall'esterno che richiede un consistente apporto di energia quanto piuttosto un movimento dall'interno fondato sulla riorganizzazione dell'energia interna e messo in moto da stimoli di tipo informativo.<sup>21</sup>*

Da questo punto di vista, dove corpo e psiche sono manifestazioni diverse di un continuum, possiamo entrare in una 'relazione informativa' con l'altro per sostenere la sua dinamica neghentropica

vitale. Sul piano psicoterapeutico la natura di questa risonanza sarà centrata sull'uso della parola:

*La parola, essendo ambigua, si rivolge contemporaneamente sia all'io che all'Es, sia al pensiero primario che al pensiero secondario. Se la parola resta nell'ambito del razionale, lo scambio, per quanto profondo e illuminante, coinvolge soltanto l'io. Se invece la parola mantiene l'ambiguità originale, come ad esempio nella poesia o nella metafora, penetra nel profondo e può portare ad intuizioni di guarigione, fondate sulla risonanza tra lo ed inconscio.<sup>22</sup>*

Proprio in questa direzione l'ecobiopsicologia si propone, servendosi dei criteri dell'analogia vitale e del simbolo, di "creare nella psiche un 'campo' energetico-informativo tale da poter sperimentare, in modo guidato, l'amplificazione della coscienza dell'io nella direzione del Sé archetipico"<sup>23</sup>.

Nell'Hado shiatsu la relazione terapeutica si concretizza attraverso il tocco. Un tocco agito con un atteggiamento vigile e rispettoso. Un tocco che permette al ricevente di sentirsi, riconoscersi, cambiare. Un tocco che è come un sussurro, non basandosi sulla potenza del gesto ma sulla capacità di risuonare a livello cellulare. Durante il trattamento l'operatore (utilizzando l'opportuna tecnica) conduce il ricevente in una sorta di stato meditativo. In questo campo di relazione, Tori riconosce il movimento in vita di Uke in quel preciso momento ed è così in grado di sostenere in lui il raggiungimento di una maggiore coerenza del suo sistema.

Tutto questo porta ad un maggior benessere ed alla capacità di riconoscere ciò che nel mondo sostiene il nostro star bene.

*Ringrazio Patrizia Stefanini per la revisione degli aspetti più tecnici affrontati nell'articolo.*

<sup>21</sup> *Ibidem.*

<sup>22</sup> *Ibidem.*

<sup>23</sup> Frigoli, D., (2013). *La fisica dell'anima. Riflessioni ecobiopsicologiche in psicologia*. Bologna: Persiani, p. 12.



## Bibliografia

- Del Giudice, E., Stefanini, P., (2013). 'Emergence of self-organization in aqueous systems and living matter' in publication in the monograph after EQBS 2013. In Symposium, Poznan University of Medical Sciences, Poland.
- Del Giudice, E., Stefanini, P., Tedeschi, A., & Vitiello, G., (2011). 'The interplay of biomolecules and water at the origin of the active behavior of living organisms', 9th International Frohlich's Symposium IOP Publishing Journal of Physics: Conference Series 329.
- Frigoli, D., (2013). *La fisica dell'anima. Riflessioni ecobiopsicologiche in psicologia*. Bologna: Persiani.
- Germano, R., (2012). *L'acqua e gli organismi viventi: intervista a Emilio Del Giudice*. In *Scienza e Conoscenza*, n. 39, gennaio-marzo.
- Kishi, A., Whieldon, A., (2011). *Sei-ki: Life in Resonance, the Secret Art of Shiatsu*. London: Singing Dragon.
- Masunaga, S., (1996). *Zen per immagini. Esercizi dei meridiani per una vita sana*. Roma: Ed. Mediterranee.
- Masunaga, S., Ohashi, W., (1980). *Zen Shiatsu. La terapia shiatsu secondo i principi dello zen*. Roma: Ed. Mediterranee.
- Maturana, H.R., Varela, F., (2001). *Autopoiesi e cognizione. La realizzazione del vivente*. Padova: Marsilio.
- Meeus, C., Lundberg, P., (2000). *The Secrets of Shiatsu*. In Dorling Kindersley Publishing.
- Sasaki, P. *Shiatsu: A Overview*. In F. Tappan, J. Patricia Benjamin, (Eds), *Healing Massage Techniques*. Connecticut: Appleton & Lange. [www.shiatsu.mi.it/cultura\\_agg\\_art3.htm](http://www.shiatsu.mi.it/cultura_agg_art3.htm)
- Stefanini, P., (2013). *2 Fallgeschichten*. In *Fälle aus der therapeutischen Shiatsu-Praxis*. München: Urban & Fischer, 283 – 298
- Stefanini, P., (2013). *Le affinità altrove: Shiatsu e Fisica Quantistica*. In *Scienza e Conoscenza*, Giugno -Settembre, num. 45, 36-41.
- Stefanini, P., (2011). *Ki in shiatsu*. In *Energy Medicine, East and West: a natural history of qi*, Capitolo 16, (pp. 211-221). Oxford Churchill Livingstone Elsevier
- Stefanini, P., (2011). *Quantum Physics sheds some light on Hado Shiatsu*. International Symposium Electromagnetic fields and Quantum phenomena in the Biological Systems, May 20. Poland: Poznan University of Medical Sciences
- Stefanini, P., (2013). *Tra Oriente ed Occidente un salto Quantico*. In *Essere Umani – Prospettive per il Futuro*, Franco Angeli, Italia 2013, 148-155.
- Tosi, M., Del Giudice, E., (2013). *Il principio del minimo stimolo nella dinamica dell'organismo vivente*. In E. Del Giudice, A. Giasanti, L. Marchino, (Eds), *Essere Umani. Prospettive per il futuro*, Milano FrancoAngeli.
- <http://thehumanpotentialdvd.com/quantumshiatsu.htm>



AUTORI: Dr. **Diego Frigoli**, Fondatore e promotore del pensiero ecobiopsicologico, Psichiatra, Psicoterapeuta e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Istituto ANEB. Innovatore nello studio dell'immaginario con particolare riferimento all'elemento simbolo in rapporto alla sue dinamiche fra coscienza individuale e collettiva - Dr. **Donato Ottolenghi**, Psichiatra, Psicoterapeuta, Vice-Direttore Istituto ANEB.

## AGGRESSIVITÀ A FIOR DI PELLE. LA PSORIASI COME LA “MUTA” DEL SERPENTE?

Approccio multidisciplinare alle patologie dermatologiche croniche

La psoriasi è una malattia infiammatoria della pelle, non infettiva, non contagiosa, di carattere cronico e recidivante, che colpisce il 4% della popolazione. Nella sua patogenesi intervengono fattori autoimmunitari, genetici e ambientali. Esistono varie forme di psoriasi, la psoriasi pustolosa, a placche, guttata, inversa, eritodermica. Nella psoriasi a placche la pelle si accumula rapidamente e si ispessisce nelle zone interessate dalle lesioni conferendo un aspetto squamoso bianco argenteo, in genere si localizza in corrispondenza dei gomiti, ginocchia, cuoio cappelluto, parte lombare della schiena, palmo delle mani, pianta dei piedi e in regione genitale.

La malattia si presenta generalmente ma non esclusivamente sulla superficie estensoria degli arti. La psoriasi ha un andamento cronico e ricorrente ed è variabile l'interessamento cutaneo. Si va da soggetti affetti da un numero limitato di piccole chiazze fino a soggetti il cui corpo è completamente coperto da lesioni. Le unghie delle mani e dei piedi sono spesso interessate dal disturbo definito distrofia ungueale psoriasica, il 50% dei soggetti sviluppa un interessamento ungueale e talora può rappresentare la sola sede colpita. La psoriasi può causare infiammazione delle articolazioni determinando artrite psoriasica, in un 30% dei casi. Le cause della psoriasi non sono ancora del tutto chiare, si ritiene che la componente genetica ed immunologica abbiano un ruolo fondamentale. Diversi fattori ambientali sono in grado di scatenare o aggravare la psoriasi come i traumatismi della pelle, i processi infettivi e alcuni farmaci. Esiste una forte evidenza che la malattia sia polifattoriale con notevole eterogeneità genetica, cinica ed

istologica. Sembra assodato che la disregolazione dell'immunità cellulo-mediata (linfociti T) e la risposta epidermica a certi stimoli giochino un ruolo fondamentale nella genesi e nel mantenimento di questo disturbo, in particolare sembra che vi siano fattori scatenanti la disregolazione dei linfociti.

La concezione ecobiopsicologica del rapporto mente-corpo, evidenzia come ogni malattia si struttura attorno a due organizzazioni concettuali – la mente e il corpo – che solo la nostra coscienza legge come separate fra loro, ma che in realtà rappresentano le due facce metaforiche dell'aspetto unitario della vita. Al di là, quindi, dei fattori genetici, post-infettivi e immunologici che sono importanti, va rintracciato quel linguaggio che permette di avvicinarsi a comprendere il significato esistenziale della specifica malattia che colpisce l'essere umano, focalizzando sempre più la modificazione energetica dell'insieme funzionale dell'individuo in relazione al suo Sé psicosomatico.

Si tratta, in altre parole, di considerare la malattia e i sintomi come la risultante diretta dell'esperienza “vitale” di un individuo – la sua dimensione filogenetica ed archetipica – opportunamente modificata dall'interferenza con una dimensione conflittuale legata allo specifico vissuto emozionale di ogni singolo soggetto. In ogni sintomo dunque potrà essere rintracciato un duplice codice interpretativo: l'uno legato alla storia personale emotiva di ogni individuo, e l'altro in rapporto con questi eventi emozionali che coinvolgono la funzionalità degli organi e degli apparati specifici di quella malattia. La “forma” specifica di ogni malattia con i suoi sintomi potrà essere considerata una sorta di Gestalt di elementi emozionali conflittuali che si strutturano in parte secondo le linee di forza somatiche dettate dall'esperien-



za psicologica di ogni individuo, e in parte secondo traiettorie energetiche dettate dalla memoria implicita del codice genetico e della logica vitale del corpo.

Secondo la concezione psicosomatica ecobiopsicologica la malattia sarà costituita dunque, da mediatori chimici, da ormoni, da messaggi cellulari determinati dal DNA, ma anche da immagini mentali specifiche scaturite dalla profondità del Sé psicosomatico. La comprensione delle relazioni fra la soggettivazione dei contenuti conflittuali inconsci e l'oggettivazione della loro rappresentazione in funzioni corporee alterate, può permettere un approccio terapeutico integrato in cui gli aspetti psicodinamici si intersecano costantemente con il linguaggio del corpo.

Sul piano psicologico la pelle riconosce quattro funzioni:

→ come struttura di confine tra mondo interno ed esterno, essa svolge una *funzione protettiva* generale, esaminando gli stimoli in arrivo, attutendoli se necessario o proiettandoli all'esterno, quando sono eccessivamente disturbanti;

→ svolge una funzione esogena: sensazioni tattili e di calore sono fonte di piacere, mentre sensazioni di freddo e di fame sono avvertite come negative;

→ come superficie dell'organismo è strettamente legata all'esibizionismo, ai suoi conflitti e ai fattori sociali e di comunicazione;

→ come superficie dell'organismo essa rivela i conflitti legati all'angoscia, grazie alle reazioni simpatico-toniche dei vasi della pelle. Al tempo stesso, non va dimenticato che il paziente psoriasico risente spesso di traumi antichi depositati nella sua memoria implicita, che si possono riattivare a seguito di un trauma recente a contenuto simile a quello depositato nella memoria implicita e che riguarda una o più funzioni legate alla pelle.

I contenuti del trauma recente sono in genere dominati da tematiche abbandoniche che riattivano i *Modelli Organizzativi Interni Dissociati* (MOI-D) responsabili dell'angoscia abbandonica e dell'aggressività reattiva diretta al *caregiver*, che viene inibita allo scopo di preservare l'oggetto buono.

La chiazza psoriasica nell'aumento della proliferazione epidermica esprime la costante necessità in questi pazienti di difendersi dai contenuti aggressivi proiettati all'esterno e successivamente vissuti come minacce esterne dalle quali bisogna difendersi (ipercheratosi).

L'abrasione sottostante alle chiazze esprime la ferita narcisistica del sé legata al mancato rispecchiamento. In questi pazienti la sede coinvolta e l'estensione della stessa esprime l'intensità del conflitto e il deficit strutturale dell'io, per cui la psicoterapia cauta per non slatentizzare contenuti psichici insopportabili.

Una terapia veramente olistica deve essere in grado di modulare i presidi terapeutici a seconda del livello della manifestazione del disagio clinico. Se il disagio viene espresso in termini corporei, i presidi terapeutici devono essere orientati con un approccio diretto (pomate, digitopressione, agopuntura, ecc.), mentre se il disagio si presenta oltre che su piano somatico anche sul piano emozionale, la terapia contemplerà l'omeopatia, le tecniche dell'immaginario e la psicoterapia.

I casi clinici che seguono sono un esempio palese di questo procedimento di pensiero. Infatti analizzando i sintomi-simbolo di questa malattia, presente in due giovani pazienti, emerge in tutta la sua importanza il valore di un'interpretazione globale del fenomeno psoriasico. Il significato psicodinamico che le lesioni psoriasiche spesso rivestono riguardano un aspetto archetipico rintracciabile nel fenomeno biologico della "muta", come espressione di una perdita dei tegumenti esterni incapaci di "contenere" emozioni dilaganti non elaborate con le parole.

### **Mani che "scottano"**

Renato, un giovane di 23 anni, si era presentato con un quadro di psoriasi generalizzata a tutto il corpo, ma particolarmente diffusa alle mani, tanto da imporgli l'uso continuato di guanti di cotone.

Il paziente era incapace di trovare una spiegazione dei propri disturbi se non in senso esclusivamente organico. Infatti l'elabora-

zione fantasmatica e simbolica del malato si dimostrava molto povera ed era espressa durante i colloqui, o con un generico “va tutto bene”, o con il ricorso a una modalità difensiva particolarmente regredita, quella dell’enfasi dei disturbi somatici.



Nulla di rilevante era emerso dall’anamnesi, eccetto il fatto che Renato era stato congedato dal servizio di leva dopo soli tre mesi, a causa di un peggioramento del quadro psoriasico.

La malattia era iniziata circa quattro anni prima, sotto forma di “bollicine” pruriginose e sierosecarnenti; di esse perdurava una chiazza eritematosa che in seguito andava incontro a desquamazione. La localizzazione elettiva era al dorso delle mani e al capo, dove provocava un vistoso prurito e un’abbondante forfora.

Tale situazione era rimasta pressoché sta-

zionaria sino al periodo di leva, durante il quale, come si è detto, era improvvisamente peggiorata, con una generalizzazione del quadro sintomatico. In seguito, il paziente era stato trattato con cortisonici topici senza ottenere alcun risultato.

Si era così rivolto alla nostra attenzione, perché a suo dire solo un approccio terapeutico globale, rivolto contemporaneamente al corpo e alla psiche, poteva ottenere un miglioramento del suo quadro clinico.

Da parte nostra si era deciso di intervenire, almeno all’inizio del trattamento, con l’agopuntura cinese, piuttosto che con una psicoterapia ad orientamento analitico, perché come è noto i pazienti affetti da dermatopatie presentano una struttura psicologica complessa, in cui un «l’ansia – come ci ricorda R. Bassi – si esprime con le note lesioni eritemato-squamose, mentre all’indagine psicologica restano solo le briciole».

Data la difficoltà da parte di questi pazienti ad utilizzare correttamente le verbalizzazioni e le simbolizzazioni come via di evasione ai loro fantasmi conflittuali soma-

tizzati nel corpo, diventava ovvio che una terapia come l’agopuntura, prevalentemente diretta al soma, finisse per agire non soltanto neurofisiologicamente ma anche con un meccanismo simbolico, perché era diretta proprio là dove la libido del malato aveva costruito il suo sintomo.

Attraverso la riattivazione delle cariche energetiche concentrate nella sede di malattia, diventava praticamente possibile – qualora il trattamento agopunturistico fosse accompagnato da colloqui psicoterapeutici ad orientamento psicodinamico – permettere al malato sia di organizzare i propri contenu-



ti emotivi consci in strutture fantasmatiche più evolute quali il linguaggio, sia – attraverso il particolare transfert concreto determinato dall'introduzione dell'ago – modulare la relazione terapeutica a seconda dell'evoluzione delle difese psicologiche del malato. Il fatto poi che nella struttura psicologica dello psoriasico si nascondano profondi nuclei psicotici e costellazioni conflittuali pericolose, rendeva il nostro intervento terapeutico particolarmente cauto, proprio a causa del rischio di una riattivazione indiscriminata della libido d'organo, il cui sbocco poteva essere o una riattivazione della sintomatologia somatica o peggio l'emergenza incontrollata di nuclei deliranti.

La struttura personologica dei pazienti in questione poteva far pensare al rischio di questa possibilità. Da colloqui avuti con Renato era emersa infatti una personalità caratterizzata da un eccessivo controllo della propria spontaneità con una vita affettiva inibita e repressa che lo portava a comportarsi in modo molto conflittuale nei confronti dell'ambiente esterno: *«Vorrei tanto – diceva Renato – vivere la vita di tutti avere una ragazza, degli amici sinceri e degli interessi verso le cose, ma c'è in me un blocco che me lo impedisce, facendomi sentire "diverso", a causa di un'energia che mi invade tutto senza permettermi di controllarla... ciò che temo è il fatto che questa energia esploda al contatto degli altri e che li distrugga».*

### **Guanti bianchi come la purezza**

Così Renato descriveva la propria situazione emotiva. Curioso era il fatto poi che il paziente, in corrispondenza dell'insorgere della psoriasi alle mani, avesse sentito il bisogno di nascondere le chiazze con un vistoso paio di guanti bianchi di cotone, come quelli che portano i chirurghi, perché, a suo dire, si *«vergognava molto delle chiazze»*. In realtà, durante il trattamento, andò precisandosi meglio il significato di quell'indumento, dato che sul piano pratico esso si dimostrava in grado di richiamare un'attenzione pietosa della gente ben più che la visione diretta delle chiazze di psoriasi.

Per Renato i guanti avevano lo scopo inconscio di proteggerlo dalla visione diretta della malattia, simbolo delle proprie valenze eteroaggressive bloccate nella loro scarica da un senso di colpa rimosso. Il risultato finale era così quello di "punire" masochisticamente proprio la sede corporea – le mani cioè – che più di altre poteva rendere manifeste le cariche della propria aggressività. I guanti servivano dunque a Renato sia per nascondere a sé le proprie dinamiche inconscie, sia per rafforzare tale difesa con l'ostentazione di una pseudo-disponibilità verso gli altri che assolutamente non sentiva.

Infatti da una parte giustificava l'uso dei guanti come la necessità di evitare alla gente il disgusto verso la propria malattia, premessa indispensabile per la ricerca di un profondo contatto sociale, ma dall'altra, con la loro ostentazione vistosa – e con quel tanto di fantasie contagiose che l'uso di quell'indumento ispira alle persone – faceva sì che di fatto nessuno stringesse quelle mani malate. I guanti erano stati scelti di colore bianco, notoriamente associato a sentimenti di innocenza e di purezza, quasi per garantirsi una sorta di compenso inconscio a quel *«rosso irritante come scottature»* delle chiazze di psoriasi, simbolo indiretto e palese del "fuoco" della sua ostilità rimossa.

Senza diffonderci a lungo sul succedersi delle varie tappe psicoterapiche, un netto miglioramento della malattia avvenne quando, nel corso di una seduta particolarmente importante, Renato affermò teatralmente che gli aghi inseriti gli *«provocavano una sensazione diffusa di svenimento, paragonabile a uno sgonfiamento interno»*. Richiesto di precisare meglio il significato di quella frase, il paziente riferì che la sensazione avuta sino quel momento – di *«essere pieno di qualcosa di brutto che non riusciva a buttar fuori»* - era improvvisamente cambiata: si stava accorgendo della propria ostilità inconscia e cominciava a non rimuoverla più.

Da quella seduta in poi Renato migliorò notevolmente, sino a guarire completamente dalla psoriasi nei mesi successivi.

Il suo comportamento si era molto modifi-

cato: era finalmente diventato attivo nel suo ambiente esistenziale e ciò era il risultato della maggior capacità di integrare le cariche emergenti della sua aggressività rimossa.

Non fu possibile analizzare più in profondità le dinamiche del paziente, né comprendere meglio il rapporto fra la sua aggressività inconscia e le lesioni somatiche, per l'atteggiamento successivo di Renato che, guarito dalla psoriasi, spontaneamente volle interrompere la terapia. A distanza di un anno, durante una visita di controllo, constatammo che la guarigione perdurava e che lo stile di vita del paziente si era profondamente modificato, permettendogli di instaurare un rapporto affettivo con una ragazza. In seguito a tale miglioramento congedammo definitivamente Renato.

### **Piedi senza "appoggio"**

Danilo, studente di 21 anni e figlio unico, presentava una psoriasi localizzata prevalentemente alle mani e ai piedi.

Nato a termine da un parto distocico che aveva richiesto l'uso di forcipe, il paziente riferiva come elemento significativo dal punto di vista psicologico il fatto che la madre prima della sua nascita avesse avuto due o tre aborti spontanei e in seguito ne avesse effettuato uno volontariamente (interpretato dal paziente come una volontà precisa della madre di non avere più figli perché lui «l'aveva fatta troppo disperare»).

Sin da piccolo i rapporti con la madre erano stati particolarmente turbolenti: veniva spesso accusato di essere "nervoso" e di rappresentare "una costante fonte d'ansia" per la famiglia. L'attuale sintomatologia era iniziata a circa 15 anni, presentandosi prima come una psoriasi diffusa al palmo delle mani e in seguito, dopo il servizio militare, estesa anche alle piante dei piedi.

Era stato ricoverato in un reparto di dermatologia e curato con pomate cortisoniche e con acido acetilsalicilico, senza ottenere alcun risultato. Ultimamente aveva subito anche consistenti interventi odontoiatrici, con avulsione di circa sei-sette denti e altrettante devitalizzazioni, senza che si fosse riscontrata la presenza di malattie debilitanti.

Il quadro attuale della psoriasi dimostrava l'esistenza di chiazze fortemente ipercheratosiche e desquamanti alle mani e ai piedi, di aspetto giallastro, cereo, a piastrone, con una onicopatia diffusa agli arti superiori e inferiori.

Iniziammo, anche in questo caso, per le ragioni prima ricordate, un trattamento con agopuntura e colloqui psicoterapeutici. Dopo qualche seduta Danilo cominciò a tracciare un quadro psicologico della sua famiglia: da piccolo, gli veniva ricordato dalla madre, era particolarmente, "nervoso", tanto da obbligarlo a tenerlo spesso in braccio con la minaccia di pianti e di capricci.

In tempi più recenti aveva assistito a frequenti litigi fra i genitori, per motivi generalmente futili ma tali da creare in famiglia un clima particolarmente carico d'ansia.

La madre veniva accusata da Danilo di essere una figura molto aggressiva: il suo atteggiamento subdolo e mai diretto, si esprimeva con «frasi pronunciate a metà» e con «sbuffi continui» che il paziente non riusciva a sopportare e che lo obbligavano a rifugiarsi nella sua camera.

Il padre, tappezziere in stoffa, era vissuto da Danilo come una figura in ombra, capace solo di «chinare la testa e di sottomettersi». Danilo venne da noi seguito per circa tre mesi, con frequenza settimanale, fino a un improvviso trasferimento della famiglia in un'altra città.

Dei numerosi dati emersi nel corso della terapia, ne sottolineiamo alcuni che ci sembrano importanti per convalidare l'ipotesi di partenza della malattia psicosomatica come Gestalt di elementi ontogenetici e filogenetici.

Interessante a questo proposito è la spiegazione fornita dal paziente circa il collegamento simbolico fra psoriasi e denti cariati: «*I denti cariati – affermava Danilo – procurano una cattiva digestione che obbliga il fegato a lavorare male, e scaricando le tossine sulla pelle provocano la psoriasi...*». Sorprendente era l'associazione che il paziente faceva fra i conflitti di tipo sadico-anale (intestino), l'aggressività (i denti e il fegato) e la somatizzazione sulla pelle.

Peraltro, anche il suo atteggiamento nei confronti del terapeuta era apertamente provocatorio: spesso faceva giochi di parole e battute sulla tecnica agopunturistica, verbalizzando il desiderio di scegliere un erborista per guarire; affermava senza difficoltà che un uso corretto dei farmaci avrebbe potuto migliorare la sua malattia in breve tempo, e

unghie come strumento simbolico aggressivo per eccellenza – e un apparato dentario ormai scaduto, segno di una rimozione orale dell'aggressività.

La maggior gravità della situazione psichica di Danilo era confermata anche dalle fantasie associate alla localizzazione della malattia alle piante dei piedi. Affermava infatti

che il camminare gli procurava sofferenza, perché gli sembrava di non ritrovare nella realtà circostante dei "punti sicuri" e qualcosa di "stabile e di solido". Grande era il suo rammarico di non potersi "appoggiare" ai suoi genitori per ottenere protezione e sicurezza.

Il suo disturbo quindi si situava a un livello più primitivo nei confronti della realtà, coinvolgendo quelle strutture primarie dell'io, come lo schema corporeo e l'immagine di sé, che rappresentano le premesse indispensabili per permettere ad ogni individuo un adattamento corretto e autonomo nei confronti del suo mondo relazionale. Il nostro trattamento fu quindi diverso dal caso di Renato: ci proponemmo sostanzialmente di assicurare Danilo sulle sue tematiche ag-



così via. Contemporaneamente riferiva fantasie persecutorie molto generiche: si viveva come un «*mostro spaziale capace di controllare con strumenti elettronici la volontà delle persone*» e affermava che, se avesse voluto, avrebbe potuto «*compiere ogni impresa meglio di chiunque altro*».

Evidente era in questo caso la presenza di contenuti aggressivi espressi in forma più radicale e violenta rispetto a quella di Renato, anche come dato psicosomatico. Si ritrovava infatti una onicopatia diffusa – le

aggressive, in parte non elaborando psicologicamente i vissuti persecutori, onde sfruttare la spontanea abreazione, e in parte assicurandolo sul suo ruolo all'interno del nucleo familiare.

Come risultato di questo intervento volto a rendere più sicuro il suo io, ottenemmo un miglioramento vistoso della sintomatologia psoriasica ai piedi, mentre la guarigione alle mani fu più lenta e meno evidente, anche perché il trattamento venne interrotto dal cambiamento di residenza del paziente.

### Considerazioni conclusive

Al di là delle numerose osservazioni psicodinamiche che possono essere tratte dall'esame di questi due casi di psoriasi, ciò che importa sottolineare in questa sede è il ruolo della "forma" di tale malattia della pelle e della sede colpita come veicolo simbolico per accedere alla conoscenza sia dei conflitti ontogenetici del paziente sia delle funzioni filogenetiche, attivate dalla scelta del sintomo. In entrambi i pazienti era presente una situazione conflittuale di base legata a un'aggressività rimossa che si inseriva su di una struttura personologica particolarmente fragile. In questo senso le caratteristiche squame della psoriasi possono essere interpretate come le concretizzazioni simboliche di "parti" inquinanti, sporche e colpevoli dell'io di tali pazienti, che potevano essere eliminate solo con un atto autoaggressivo e dolente, il grattamento. Corrispondentemente a ciò, sul piano psicologico accadeva l'identica cosa: l'aggressività di Renato o quella di Danilo non veniva mai espressa direttamente ma solo controllata in modo indiretto con un atteggiamento autoaggressivo.

Il fatto poi che nelle psoriasi le squame continuamente si riformassero ci segnala sul piano psicosomatico quanto poco tale difesa autoaggressiva potesse funzionare per l'economia psicologica di questi pazienti.

Ulteriori considerazioni sono suggerite dalla localizzazione specifica della malattia alle mani e ai piedi di tali pazienti. È noto che questi organi sul piano filogenetico rappresentano un contatto integrato con l'ambiente, diverso come significato a seconda dell'organo esaminato.

I piedi infatti sono la struttura anatomica che permette di mantenere un contatto con il terreno, e simbolicamente ci riportano a sentimenti di "stabilità" dell'io corporeo. A riprova di ciò, Danilo presentava un io più fragile e instabile, ancorato ad una condizione regressiva di dipendenza dalla famiglia (il bisogno di appoggio frustrato corrispondente alle lesioni ai piedi), mentre Renato, con un io più strutturato, manifestava l'identico bisogno di stabilità in forma meno diretta (la

sensazione di svenimento quando prende coscienza dei propri vissuti aggressivi).

Le mani invece posseggono una maggiore differenziazione funzionale. Nell'uomo esse hanno assunto una fondamentale importanza nella manipolazione e modifica dell'ambiente circostante, mentre le originarie funzioni aggressive vengono prevalentemente conservate a carico delle unghie. In questo senso le lesioni alle mani di tali pazienti possono essere interpretate sia come risultato della loro incapacità a tollerare l'espressività della loro inconscia aggressività, sia come difficoltà a manifestare un bisogno di contatto sociale, desiderato e temuto al tempo stesso.

Un secondo piano interpretativo può inoltre essere rintracciato mettendo in relazione il miglioramento della sintomatologia psichica con la corrispondente somatica. È evidente che una modifica della struttura psicologica dei pazienti, nel senso di una maggiore stabilità dell'io, si debba riflettere inevitabilmente in un cambiamento dei loro sintomi.

Ma quale valore simbolico può esistere fra la "muta" della vecchia "pelle psichica", che delimita un io fragile e infantile e le lesioni della malattia psoriasica? L'anatomia comparata ci dimostra che nelle specie inferiori la "muta" si accompagna non soltanto a una perdita dei tegumenti esterni (rettili) ma anche (artropodi e insetti) di quelle strutture esoscheletriche che rivestono le trachee e le parti prossimali del tubo digerente.

«Dopo una "muta" – nota il Larousse – il corpo rimane molle e può crescere finché non si riforma la cuticola resistente. La "muta" si compie attraverso alcuni meccanismi che, esercitando una pressione contro le linee di minore resistenza della vecchia cuticola, ne determinano la rottura... Le "mute" hanno la funzione precipua di permettere l'accrescimento dell'individuo durante lo sviluppo post-embrionale esse provvedono altresì a liberare l'organismo dei prodotti catabolici accumulati durante il periodo di intenso metabolismo che caratterizza la vita larvale».

Secondo questo orientamento potremmo intendere il processo di guarigione dei pazienti psoriasici come una sorta di "muta"



della loro organizzazione psicosomatica. Attraverso l'eliminazione dei cataboliti dannosi e pericolosi per il loro metabolismo psicosomatico – espressi concretamente dalle squame cutanee e simbolicamente dai contenuti aggressivi – l'io di tali pazienti realizza la possibilità di crearsi una "pelle" psichica più integra, capace di racchiudere una struttura psicosomatica più evoluta e meno dominata dall'esplosività dei contenuti rimossi. Se ne può concludere da quanto detto che ogni integrazione cosciente di conflitti psichici inconsci determinerà sempre una "muta" della coscienza sino al punto in cui le nuove difese psichiche saranno in grado di ricostruire le linee di forza sulle quali si organizzerà la nuova pelle dell'io. Ecco perché in senso metaforico, nei miti e nei sogni, la "perdita" o il "cambiamento" della pelle è sempre stato associato a condizioni di metamorfosi e di rinascita a livelli più evoluti di coscienza. Su queste basi possono trovare anche spiegazione quei simboli archetipici che descrivono la Divinità come "corpo" dell'universo, perché qualora il desiderio della "muta" della coscienza fosse continuamente attivo ne deriverebbe che le linee di forza capaci di organizzare la struttura in mutamento, assumerebbero dimensioni infinite, realizzando così la possibilità di una "pelle" psichica costituita dai confini dell'intero universo, che significa la conquista della totalità del Sé.

## Bibliografia

- Bassi, R. (1977). *Introduzione alla dermatologia psicosomatica*, Padova: Piccin
- Biava, P.M., Frigoli, D., Laszlo E., (2014). *Dal segno al simbolo. Il Manifesto del Nuovo Paradigma in Medicina*. Bologna: Paolo Emilio Persiani
- Frigoli, D., Ottolenghi, D., Cavallari, G. (1981). *Considerazioni psicodinamiche sul trattamento agopunturistico delle malattie mentali* in Rogora G.A. (Ed.) *Aggiornamento di Agopuntura e Riflessoterapia*. (vol. II.). Milano: Unicopli
- Frigoli, D. (2004). *Ecobiopsicologia. Psicosomatica della complessità*. Milano: M&B
- Frigoli, D. (2013). *La Fisica dell'anima*. Bologna: Paolo Emilio Persiani
- Goldschmitt, H.D. et Al. (1981). *Acupuncture treatment in psoriasis*, in "Med: Welt", 32:158
- Heulz. (1886). *Psoriasis survenu à la suite de frayer et d'émotion morale*, in "Ann. Dermatologie et Syphilographie", 7:350
- Marty, P., de M'Uzan, M., David, C.H. (1963). *L'investigation psychosomatique*, Paris : Presses Universitaires de France
- Shanon, J. (1979). *Psoriasis: psychosomatic aspects*, in "Psychoterapy Psychosom.", 21:218
- Sobrado, E.A. et Al. (1981). *Psychological study of psoriasis*, in "Med Cutan. Iber. Lat. Am.", 9:111
- Soulié de Morant, G. (1957). *L'acupuncture chinoise*, Paris: Maloine

*La Redazione esprime il suo profondo ringraziamento al Dr. Donato Ottolenghi che per molti anni ha profuso con instancabile dedizione ogni sua energia nella Direzione ANEB.*

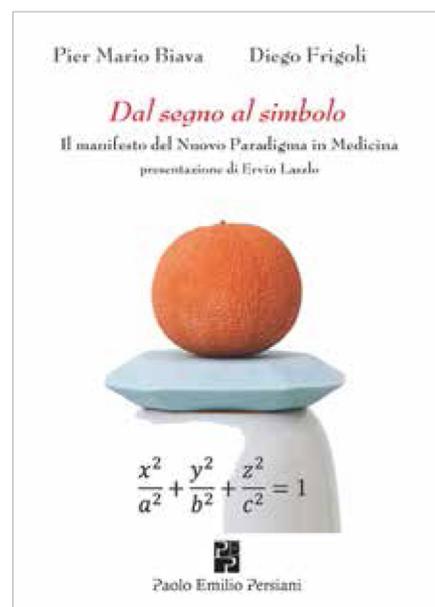
## IN LIBRERIA

### DAL SEGNO AL **SIMBOLO**

IL MANIFESTO DEL NUOVO  
PARADIGMA IN MEDICINA  
DI P.M. BIAVA, D. FRIGOLI, E. LASZLO

GRUPPO PERSIANI EDITORE

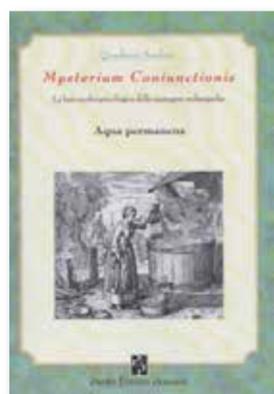
In quest'opera vengono formulati i principi che legano in un modo coerente l'informazione, causa ordinatrice dell'universo, con l'organizzazione della materia vivente, sino all'uomo e alla sua dimensione psicologica e culturale. Dal recupero di questa complessità deriva una nuova prospettiva della salute e della malattia, che grazie all'informazione e al simbolo, può diventare ispiratrice di un nuovo modo di cura veramente "umanizzata", rispettosa tanto dei principi costruttivi dello psicosoma umano quanto della rete di relazioni a cui esso appartiene.



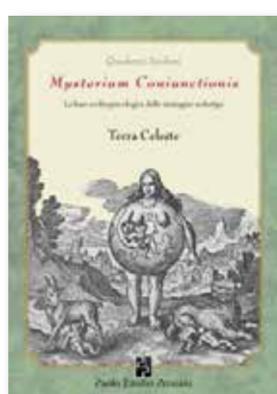
## Collana Quaderni Asolani - Paolo Emilio Persiani ed.



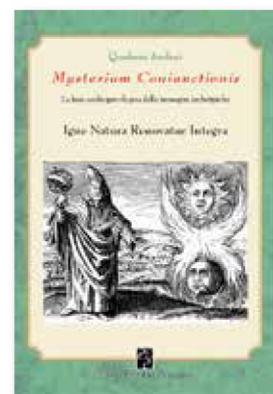
**Mysterium  
Coniunctionis.**  
Spiritualis substantia



**Mysterium  
Coniunctionis.**  
Aqua permanens



**Mysterium  
Coniunctionis.**  
Terra Celeste



**Mysterium  
Coniunctionis.**  
Igne Natura Renovatur Integra

AUTORI: **Guglielmina Ronchi**, Scrittrice e giornalista - **Dr. Diego Frigoli**, Fondatore e promotore del pensiero ecobiopsicologico, Psichiatra, Psicoterapeuta e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Istituto ANEB. Innovatore nello studio dell'immaginario con particolare riferimento all'elemento simbolo in rapporto alla sue dinamiche fra coscienza individuale e collettiva



## ZAZEN: ATTRAVERSO IL CORPO - OLTRE LA DUALITÀ DELL'IO

“Gli Occidentali sono pazzi, soprattutto gli intellettuali. Tengono in considerazione soltanto la saggezza.”(3) Con questa affermazione paradossale Taisen Deshimaru, il maestro che negli anni sessanta introdusse in Europa la pratica dello Zazen (Zen da seduti), intendeva sottolineare il punto focale dello Zazen: tutto passa attraverso il corpo e non è possibile altrimenti. E raccontava una storia.

Un giorno un samurai si recò dal leggendario maestro Miyamoto Musashi per essere iniziato al Kendo, la Via della spada. Venne accettato come discepolo, e per ordine del maestro il samurai trascorreva il suo tempo raccogliendo e tagliando legna e attingendo acqua da una sorgente lontana. E questo tutti i giorni, per un mese, due mesi, un anno, tre anni. Ai tempi nostri chiunque sarebbe fuggito dopo qualche giorno, o ancor prima. Il samurai invece perseverò, fortificando in tal modo il suo corpo. Alla fine dei tre anni, tuttavia, non resse più e disse al maestro: “Ma quale allenamento è mai il vostro? Non ho ancora toccato un’arma dal mio arrivo. Quando mi inizierete alla vera Via della spada?” Il maestro rispose: “Ti insegnerò la tecnica, visto che lo desideri.” Lo fece così entrare nel dojo e, ogni giorno, dalla mattina alla sera, gli ordinava di camminare sul bordo del tatami e di compiere passo dopo passo, senza distrarsi mai, il giro della sala. Il maestro gli insegnava così a concentrarsi. Bisogna concentrarsi su ogni atto, per poterlo compiere perfettamente. I dettagli della tecnica, gli artifici, i trucchi, sono in effetti secondari rispetto alla concentrazione. Se si è adeguatamente concentrati, un gesto, uno solo, è sufficiente. Così il discepolo continuò a camminare per un anno lungo il bordo del tatami. Alla fine non ne poté più e disse al maestro: “Sono un samurai, ho praticato molto la scherma e ho incontrato altri maestri di kendo. Nessuno ha

mai usato il vostro metodo. Insegnatemi infine, ve ne prego, la vera Via della spada”. “Bene”, disse il maestro “seguimi”. E lo condusse su un monte, nel punto in cui una trave di legno era gettata sopra un burrone di una profondità inaudita, terrificante. “Ecco,” disse il maestro “devi attraversare questo passaggio”. Il discepolo non capiva e, di fronte al precipizio, esitava sgomento. All’improvviso intesero il rumore del bastone di un cieco, che passò loro accanto e camminò senza esitare sulla trave, tastandola con il bastone. “Ah” pensò il samurai “se un cieco l’attraversa, io non posso esser da meno”. E proprio allora il maestro gli disse: “Per un anno hai camminato sul bordo del tatami, che è più stretto di questa trave, puoi quindi passare”. Il discepolo comprese e attraversò il ponte in un lampo. Così l’addestramento era ormai completo: tre anni di tempo per fortificare il corpo, un anno per concentrarsi su una tecnica e un istante per lo spirito, di fronte al burrone, di fronte alla morte. (4)

### **Intuizione e azione: oltre il pensiero**

Poiché corpo e mente sono una cosa sola, praticando col corpo e mediante la concentrazione si potrà raggiungere l’unità, cioè “essere uno con se stessi”. Questo voleva dire il maestro. È questa la condizione del samadhi, la totale calma in cui, “qui e adesso”, corpo e mente scompaiono, nessun pensiero si agita, la mente è vuota e tuttavia si rimane in uno stato di estrema lucidità desta. È la condizione a cui si arriva praticando Zazen. Zen è l’abbreviazione della parola giapponese Zenna, Dhyana in sanscrito e Ch’an in cinese, che significa processo di concentrazione e meditazione, col quale prima la mente si tranquillizza, poi arriva a uno stato di chiarezza e lucidità, fino a raggiungere lo stato che si definisce del risveglio. Come tutte le sette del Buddismo Mahayana, lo Zen non ha



dogmi o credo, i suoi insegnamenti e le sue discipline sono diretti alla realizzazione del Sé, cioè al completo Risveglio che lo stesso Buddha sperimentò sotto l'albero della Bodhi. Sakyamuni (Siddharta Gautama), il Buddha storico, visse in India circa 500 anni prima di Cristo. Lasciata all'età di 29 anni la propria casa, sperimentò varie forme di asceti, infine comprese facendo Zazen il vero modo di essere di tutto ciò che esiste, risolvendo il problema centrale della propria vita. Dall'età di 35 anni predicò quel vero modo di essere che aveva acquisito e morì all'età di 80 anni. (10) Fu Bodhidharma, ventottesimo patriarca buddista e considerato il primo patriarca Zen, di cui si dice che sedette per nove anni davanti al muro bianco prima di raggiungere l'illuminazione, a trasmettere in Cina nel sesto secolo d.C. questo tipo di Buddismo. Che fu poi trasmesso in Giappone col maestro Eihei Dōghen, il quale nel 1200 salpò per la Cina e si mise in pellegrinaggio da un monastero all'altro alla ricerca del senso dell'esistenza. Dopo aver scoperto lo Zen nella vita di alcuni monaci cinesi, Dōghen tornò in Giappone. Lo si considera il fondatore dello Zen Soto. Dōghen insegnava che l'essenza di questo insegnamento non poteva esser colta che attraverso la pratica di Zazen e non dai testi. (2) Questo non gli impedì in una ventina d'anni di redigere 120 volumi, dei quali l'opera più famosa sarà lo Shobogenzo, opera rimasta per secoli sconosciuta, al di fuori di strettissime cerchie di monaci, anche in Giappone. Questo testo tornò alla luce nel XVIII secolo ad opera di un maestro, Menzan Zuiho e da quel momento è materia di studio per tutti coloro che praticano lo Zen. (3) Lo Zen attrasse spesso anche grandi menti in Occidente. Lo stesso Jung durante gli ultimi giorni della sua vita stava leggendo un libro il cui titolo era "Ch'an and Zen Teachings. First Series" di Charles Luk. Secondo quel che scrive Marie-Louise von Franz in una lettera a Charles Luk datata 12 settembre 1961, Jung chiese alla sua segretaria di scrivere all'autore che "egli era entusiasta di quel testo... quando lesse quel che diceva Hsu Yun, sentiva che lui stesso avrebbe potuto dire esattamente quelle stesse cose! Proprio in quel modo!"(10) Lo

Zen non è una religione, nel senso di adorare un Dio. La realizzazione del sé viene così espressa dal maestro Dōghen: "Apprendere la via autentica è apprendere se stesso. Apprendere se stesso è dimenticare se stesso. Dimenticare se stesso è essere invero da tutte le cose. Essere invero da tutte le cose è libertà nell'abbandonare corpo e spirito di se stesso e corpo e spirito altrui. È risveglio che riposa da ogni traccia di se stesso, è risveglio che perpetua il non lasciare traccia di se stesso", (2) un risveglio cioè che ha completamente abbandonato l'Ego. E questo incontro profondo, questo essere "uno" si attua secondo Dōghen "proprio nel momento in cui si fa Zazen, unendo le mani, incrociando le gambe, in silenzio, senza emettere suono, con la lingua aderente al palato, mentre la mente ed il cuore lasciano che il movimento della coscienza si manifesti così come è, soprattutto senza lasciarmene trascinare, in questo Zazen si manifesta senza veli il vero modo di essere di tutto l'universo. Allora la persona stessa che fa Zazen è corpo unico con ognuna e tutte le cose che sono nello spazio, manifesta il vero aspetto originale di ciò che è se stesso." In questo stato, secondo Dōghen, si superano le distinzioni relative quali "me" e "altro da me", ogni cosa canta la verità senza aggiungere nulla e "questo esistere senza aggiunte, poiché è rivolgere la propria luce direttamente verso di sé, cessando le abitudini stereotipate e le costruzioni mentali, è coincidere perfettamente con la vita nel suo aspetto fondamentale".(1) Zazen, secondo quanto dice anche Deshimaru, è il ritorno alla condizione naturale dell'uomo. Le cerimonie, nelle religioni, risvegliano emozioni, sentimenti, portano all'estasi. La pratica della meditazione, della concentrazione in Zazen non è nulla di tutto questo, non è una filosofia, né una psicologia, né una dottrina. Lo Zen è al di là delle filosofie, dei concetti, delle forme. (4) Uno dei modi tipici e anche più noti per esprimere questo diventare "uno" con se stessi, lo troviamo nelle brevi storie Zen, come quella già narrata, o come quest'altra. Un giorno, nell'epoca Tokugawa, un samurai, grande maestro di kendo, volle scoprire il vero segreto della sua arte. A mezzanotte si



recò al santuario di Kamakura, salì i numerosi gradini che portavano al tempio e rese grazie al dio del luogo, un grande bodhisattva (colui che percorre la via del Buddha) divenuto, in Giappone, il protettore del Budo, la via delle arti marziali (Do significa la via, come Tao). Ridiscendendo i gradini, intuì davanti a sé, sotto un grande albero la presenza di un mostro. D'istinto sguainò la spada e l'uccise all'istante, inconsciamente. Il bodhisattva non gli aveva rivelato il segreto del Budo, ma grazie a questa esperienza, sulla via del ritorno comprese.(4) Intuizione e azione scaturiscono nel medesimo istante e sono una cosa sola, perché non esiste più la dualità fra pensiero e azione, fra mente e corpo. Se ci si chiede: "Il mostro è là, come ucciderlo?", se si esita, è soltanto la nostra parte intellettuale che si attiva. Ma bisogna andare oltre il pensiero, come il riflesso della luna, dicono i maestri, che non rimane mai fermo sull'acqua fluente, mentre l'astro splende alto nel cielo, immobile. Questa è la coscienza Hishiryō, oltre il pensiero.(4)

### Fisiologia dello Zazen

Alla postura, cioè alla posizione del corpo durante Zazen, tutti i maestri di tutte le epoche dedicarono e dedicano descrizioni minute e dettagliatissime, proprio perché è la pratica del corpo la cosa più importante, in quanto è il corpo che determina tutti gli stati mentali. Dōghen descrive lo Zazen come il Re dei Samadhi, cioè considerare o vedere tutte le cose allo stesso modo, vale a dire in modo che la mente e l'oggetto divengano una cosa sola.(13) Non bisogna confondere il samadhi, questo stato di lucidità desta, con il kensho o satori, cioè l'illuminazione improvvisa, esperienza che può sopravvenire nello Zazen, come può sopravvenire in altre situazioni della vita quotidiana, sia in contesti religiosi che anche al di fuori di questi.(6) "Zazen si pratica su un cuscino, lo zafu" il maestro Deshimaru descrive così la postura "le gambe sono incrociate secondo la posizione tradizionale del loto: il piede destro sulla coscia sinistra, il piede sinistro sulla coscia destra, le piante rivolte verso l'alto." Il fiore del loto immacolato che cresce nel fango è un simbolo e una

metafora dell'illuminazione, perché si apre dopo essersi fatto strada nell'acqua sporca e ha anzi bisogno dell'impurità dell'acqua per il suo nutrimento. Continua Deshimaru. "È anche possibile utilizzare la posizione del semiloto: solo un piede riposa sulla coscia opposta. È molto importante che le ginocchia poggino bene al suolo. Il corpo è eretto, col bacino bilanciato in avanti, in modo che gli organi interni si dispongano naturalmente. La posizione del dorso deve dare l'impressione che l'ano sia rivolto al sole. La testa è dritta, il mento rientrato in modo che il naso si trovi sulla verticale dell'ombelico e che le orecchie siano perpendicolari alla linea delle spalle. Il maestro Dōghen diceva: 'Il dorso dev'essere come un precipizio'. La posizione di Zazen è spingere il cielo con la testa, spingere la terra con le ginocchia". L'uomo è quindi il ponte fra il cielo e la terra, unisce e condensa in sé spirito e materia in un'unica eguale sostanza che si esprime nel corpo e nella mente. Prosegue il maestro: "Le mani riposano sulle cosce, le palme rivolte verso l'alto, la mano sinistra sulla destra. I pollici si uniscono orizzontalmente, prolungandosi l'uno nell'altro e formando con le altre dita il disegno di un uovo. Le mani sono in contatto con l'addome. I gomiti sono leggermente discosti dal corpo, mentre le spalle e le braccia ricadono in modo naturale. La bocca è chiusa, ma non contratta. L'estremità della lingua è appoggiata al palato, dietro ai denti. Gli occhi sono socchiusi, lo sguardo posato, e non fisso, a un metro davanti a sé, immobile. Quando la postura è corretta, la respirazione è giusta e si compie in modo naturale. L'espirazione è più lunga dell'inspirazione, potente e calma come il muggito di una mucca. La respirazione dev'essere naturale, mai forzata, in Zazen come in kin-hin." Kin-hin è la meditazione camminata, che viene praticata per un periodo breve fra uno Zazen e l'altro. "Zazen è la condizione normale del corpo e dello spirito: quiete, stabilità, equilibrio e armonia. Preparandosi a Zazen si oscilla lievemente da destra a sinistra per trovare la giusta postura, l'equilibrio immobile. L'esperienza di Zazen consente di scoprire il vero slancio vitale che è in noi. Non è una tensione né



un rilassamento, ma vera libertà e armonia. I maestri Zen dicono sempre che non si può esprimere tutto ciò a parole: sarebbe come ingannare le persone offrendo loro una mela dipinta su un quadro. L'insegnamento Zen si compie i shin den shin, dalla mia anima alla tua anima".(4) Cosa succede nel corpo durante Zazen? Il dottor Tomio Hirai, psichiatra, nella seconda metà degli anni cinquanta, fu la prima persona al mondo in grado di dimostrare che lo Zazen determina variazioni nell'andamento delle onde cerebrali, che cioè modifica lo stato di coscienza in maniera oggettivamente dimostrabile. Hirai pubblicò i risultati del suo lavoro in un saggio intitolato "Uno studio elettroencefalografico della meditazione Zen" per il quale l'Università di Tokyo gli conferì il massimo titolo nel campo delle scienze mediche in Giappone. Le lunghe e laboriose indagini da lui compiute rilevarono notevoli modifiche fisiologiche, che vennero confermate nei decenni seguenti da numerosi altri ricercatori, anche occidentali. Fra gli effetti fisiologici citiamo il cambiamento dei seguenti aspetti: EEG (per esempio dopo soli 50 secondi dall'inizio della meditazione, praticata da monaci esperti, si registrava una piccola quantità di onde alfa stazionarie, che aumentavano via via fino a registrare livelli di onde theta), EMG, movimento respiratorio, frequenza cardiaca, potenziale cutaneo, temperatura cutanea, volume dei polpastrelli, reazione nervosa simpatica, funzionalità dello stomaco e dell'intestino, metabolismo, sistema endocrino e immunitario.(8) Manca a tutt'oggi, per quanto ci risulta, un approfondimento di queste metodiche condotte con tecniche recenti di rilevamento mediante strumentazione moderna, quale ad esempio la PET. È necessario che gli scienziati esplorino questo stato mediante tutti gli strumenti a disposizione, per determinare il fondamento neurofisiologico.

### **L'addome, centro dell'energia**

La funzione dell'addome, considerato centro dell'energia, è fondamentale. Elemento essenziale è l'immobilità, che consente di mantenere il corpo quieto e la mente desta, favorisce la progressiva diminuzione degli

stimoli che raggiungono il cervello, fino alla cessazione completa. Segue quindi una condizione in cui si cessa d'esser consapevoli del proprio corpo. Non si tratta di uno stato di torpore, ma di un'assenza di sensazioni.(6) Secondo l'esperienza dello Zazen mantenendo uno stato di tensione nei muscoli respiratori addominali è possibile controllare ciò che accade nel cervello. Anche chi non pratica lo Zen genera energia nell'addome (il kikai-tanden: ki è energia cosmica, kai è oceano, tanden è regno dell'essenza dell'energia cosmica) mediante l'arresto del respiro, quando vuol resistere al freddo, sopportare un dolore, reprimere un dispiacere o un moto di collera. Si utilizzano questi muscoli per generare energia fisica e psichica. Questa consapevolezza viene sfruttata appieno per esempio nelle arti marziali. L'attimo in cui si sferra il colpo, se effettuato correttamente, è il momento in cui si espira e il massimo di energia è concentrato nell'addome. Poiché la respirazione corretta è fondamentale per mantenere il giusto equilibrio, essa è molto importante non soltanto nello Zazen, ma anche in altre attività, come per esempio, oltre alle arti marziali già nominate, anche nella cerimonia del tè, nella disposizione dei fiori, nell'arte della scrittura.(6)

Il monaco Zen Hakuin, vissuto nel XVIII secolo e autore del famoso koan "Qual è il suono di una mano sola?", localizzò il kikai all'altezza della seconda o della terza vertebra lombare e il tanden nella parte inferiore dell'addome. Molti insegnamenti Zen sottolineano l'importanza di questi punti per il mantenimento della buona salute, e insistono sul fatto che bisogna tranquillizzare il proprio spirito, non con l'intelletto, ma per mezzo di kikai e tanden. (6) Nella postura di Zazen si esercita inoltre una forte pressione su alcuni importanti punti di agopuntura, fondamentali, com'è noto agli studiosi, nel dinamismo energetico e sessuale. All'inizio la postura è dolorosa, si ha male alle ginocchia, alle caviglie. Ma con l'allenamento questa sofferenza, più o meno forte, diminuisce. Si acquista resistenza, tolleranza, pazienza... ("Quando non avete più pazienza, pazientate ancora" diceva Dōghen). Mentre con la respirazione



si opera un massaggio naturale sugli organi interni, ci si accorge rapidamente che durante l'espiazione tutti i dolori decrescono. Nella vita corrente, se si è presa questa abitudine, un dolore può essere dominato grazie a lunghe espirazioni. Nello stesso tempo si sviluppa una maggiore sensibilità ai sintomi perché, affermano i maestri, il dolore non deriva dalla postura ma dal fatto che proprio la postura rivela i punti deboli, dove l'energia è in eccesso o in difetto nel corpo. Proprio da questi punti, che corrisponderebbero a punti di agopuntura sui meridiani, arriverebbero durante Zazen i primi fastidi, i primi segni di sofferenza. Tuttavia, aggiungono i maestri, si impara anche a non alimentare la sofferenza con la mente. Soffrire, è sempre pensare che si soffre. E allora si soffre ancora di più. (3) Anche sulla complessa fenomenologia dello hara (il kikai-tanden) gli studi condotti fino ad oggi appaiono tuttora carenti. È evidente comunque che i vari fenomeni che si verificano durante la meditazione sono riconducibili al sistema nervoso viscerale. Potrebbe trattarsi di cause biochimiche, ormonali, financo neurologiche, che sono comunque ancora tutte da discutere. Ma tutte le conferme scientifiche secondo i maestri alla fin fine non provano granché, nel senso che ciascuno deve vivere dentro di sé, nella propria esperienza soggettiva, questo arresto della coscienza individuale, questo entrare nel profondo di se stessi, dove tutto è silenzio e vuoto assoluto.

### **Il concetto di interdipendenza nello Zen**

Lo Zen esercitò in Giappone un influsso decisivo su tutte le arti. Alcune sono specificamente Zen, anche su un piano puramente storico, come la cerimonia del tè, l'arte di disporre i fiori, un aspetto importante dell'arte dei giardini, e l'arte della ceramica per tutto un periodo della sua evoluzione. Altre furono profondamente trasformate e per così dire ricreate dallo Zen, come la calligrafia e le arti marziali, come abbiamo visto prima parlando del Budo. Quando lo Zen giunse in Giappone, il paese era dilaniato da guerre civili, violenze, massacri, deportazioni di massa. Fu lo spirito Zen a trasformare le

tecniche brutali della guerra in arti che avevano come fine non l'efficacia bellica, ma la ricerca di sé, il perfezionamento interiore di chi le praticava. La spada, l'arco e le frecce si trasformarono da strumenti di morte in supporti della meditazione, da strumenti per uccidere gli altri in mezzi per uccidere l'Ego. Il combattimento divenne puramente spirituale, il nemico fu individuato in se stessi, nelle illusioni dell'Ego che impediscono all'uomo di vedere la sua reale natura.(4) È possibile rintracciare questa influenza anche nelle arti marziali moderne. Il Budo, la Via delle arti marziali, ha approfondito in maniera diretta le relazioni esistenti tra etica, religione e filosofia. Il suo rapporto con le discipline sportive è decisamente recente. Il Budo non è soltanto una tecnica, e ancor meno una competizione sportiva. Include arti come il kendo, il judo, l'aikido e il kyudo, ossia il tiro con l'arco, ma il kanji (l'ideogramma) Bu significa anche "interrompere, arrestare la lotta". Nel Budo infatti non si tratta soltanto di competere, ma di interrompere la lotta e trovare la pace e il dominio di se stessi (ideogramma Do). Do è dunque la Via, il metodo, l'insegnamento per comprendere perfettamente la natura del proprio io e raggiungere una personalità superiore, completa. Lo yin e lo yang dell'*Ching* o "l'esistenza è nulla" di Lao Tze affondano le loro radici in questa visione del mondo. Lo spirito e il corpo, l'interno e l'esterno, la sostanza e i fenomeni, la luce e l'ombra non sono né dualistici né opposti, ma formano un'unità inscindibile. Le nostre azioni personali e quelle altrui sono in una relazione d'interdipendenza, secondo il concetto: "La vostra felicità dev'essere la mia, e se piangete, piangerò con voi. E se siete tristi lo sarò anch'io, e se siete felici lo sarò con voi", perché tutto è legato, tutto s'interpenetra nell'universo.(4) Ragion per cui non si può separare una parte dal tutto. "La scienza contemporanea non nega l'interdipendenza, ma le dà poca importanza" dice Deshimaru. "L'approccio della filosofia occidentale è sempre progressivo. Da causa a effetto e così di seguito. In ordine immutabile. Prima la causa poi l'effetto. Il modello è diacronico, non sincronico. Gli occidentali non concepiscono la possibile simultaneità





stare come se l'ano fosse rivolto verso il sole). Il rapporto dei pollici con le dita, appoggiate appena sotto l'ombelico, disegna la forma di un uovo. Questa posizione delle mani si chiama hokai join: hokai significa cosmo, in significa simbolo, sigillo, e jo significa Zazen. (3) Nel simbolo dell'uovo, formato dalle mani, si ritrova il significato del seme, dell'energia germinale. Il triangolo nella geometria metafisica è la prima superficie, e come tale si pone alla base delle altre figure geometriche. Il triangolo rappresenta quindi la vita, cioè gli elementi primari. I tre lati (la trinità), origine della prima forma, rappresentano mantra, mudra e mandala: mantra è suono o respiro o formula magica; mudra è postura soprattutto delle mani; mandala è immagine, rappresentazione pittorica dell'universo; essi indicano quindi parola, azione e pensiero. I triangoli sfociano nel mudra delle mani a forma di uovo, l'energia primordiale, la causa fermentativa indifferenziata, simbolo della nascita e della rinascita. Ma non senza prima essere passati attraverso la morte. L'altro fatto saliente della postura è infatti l'immobilità assoluta di tutto il corpo, il silenzio totale rispetto alla vita esterna. Nell'immobilità il pensiero cessa, si va "oltre il pensiero", come lo definiscono i maestri, "il pensiero del non-pensiero", e si crea il vuoto. Questo significa che il corpo deve morire a se stesso, morire a tutti i fenomeni, poiché tutti i fenomeni non sono diversi da "ku" (che è vacuità, vuoto), e "ku" non è diverso dai fenomeni, come si dice nello Hannya Shingyo, il Sutra della grande saggezza. E il ku eterno è l'istante, la cui essenza è permanente e vuota, perché non ha tempo. È il Grande Nulla che si riversa nel tutto e colma ogni cosa. (11)

È importante sottolineare questa necessità di far cessare tutte le attività del corpo, liberandosi completamente dei cinque "skanda", i cinque aggregati che sono sensazione, percezione, intelletto, attività, coscienza; di diventare cioè come un cadavere. Soltanto entrando in rapporto con la condizione di morte, riusciremo a raggiungere quell'energia primordiale, e dunque quel momento magico d'intuizione, la condizione della vita originaria, "la propria natura originaria", come dicono

i maestri, che è la natura della coscienza cosmica, l'archetipo. Tutto questo si attua quindi da un lato entrando in rapporto con la propria morte, nell'assoluta immobilità fisica, dall'altro attivando l'energia sia sulla linea del cuore che su quella dello hara. In questo passaggio che, attraverso la morte del corpo, ci riconduce all'energia originaria, si arriva al satori o risveglio alla verità cosmica (anche se i maestri dicono che Zazen dev'essere praticato senza scopo e senza profitto, neanche quello del raggiungimento del satori). Esiste una singolare somiglianza tra questa immagine della postura Zazen, coi suoi piccoli triangoli, e l'immagine dello schema del mondo ermetico inventata da Thomas Norton nel xv secolo (Figura 2), schema che sarebbe non soltanto il piano dell'universo, ma anche del perfetto forno alchimistico. Il grande triangolo, con un vertice in alto e gli altri due in basso, rappresenterebbe il mondo creato, alla base del quale sta la dimora del fuoco, Satana (nella posizione dello hara, dei visceri "raccolti" sotto l'ombelico).

All'interno del grande triangolo i triangoli piccoli rappresentano gli elementi: terra, acqua, aria e cielo, ed al centro sta l'uomo (sulla linea del cuore rispetto alla postura di Zazen), a metà strada verso il cielo poiché l'anima e lo spirito di lui partecipano alla divinità. L'apice del triangolo raggiunge il cielo di Dio; chiamato l'archetipo del mondo: al suo centro è Dio, l'infinitamente buono. Il buono finito è il cielo sottostante tripartito in angelico, elementare ed etereo, che circonda il quadruplice triangolo. Ai vertici di esso stanno zolfo, sale e mercurio: anima, corpo e mente. Questa costruzione gerarchica, si può paragonare all'architettura del mondo secondo gli antichi, Egiziani, Persiani e Babilonesi.(14)

Ma c'è anche un'altra analogia che val la pena di sottolineare. Secondo un'altra geometria, che vede intersecarsi due grandi triangoli, il primo con un vertice al capo e due alle ginocchia, il secondo con un vertice nelle mani e due ai gomiti, la postura riproduce la figura del pentagramma con la stella a cinque punte (Figura 3), antichissimo simbolo, che ritroviamo per esempio nel pentacolo

medievale, utilizzato anche in epoca moderna per esorcizzare, per imprigionare l'energia occulta, cioè il Diavolo. E chi non ricorda il simbolo della Brigate Rosse...Le punte rappresenterebbero, secondo uno schema di medicina orientale, gli organi del corpo e insieme le stagioni, i colori, gli elementi primari, in breve il micro e il macrocosmo che, come mostra l'immagine, sono una cosa sola ed esprimono la stessa forza. La stella a cinque punte per i pitagorici significava salute. Per ultimo il pentagramma rappresenta la linea, a cinque righe, su cui si scrivono le note musicali, simbolo del suono, cioè del respiro,

materia-psiche di cui parla il dottor Diego Frigoli nel suo ultimo libro "Il corpo e l'anima: Itinerari del simbolo". Dice Frigoli: "Se il mondo della materia e quello della psiche sono qualche cosa di più che due ambiti della realtà dotati di leggi affini, ma rappresentano una totalità, un vero e proprio continuum, una sorta di oceano energetico, che a seconda della sua condensazione può diventare materiale o intensificarsi in frequenze elevatissime, proprie degli stati psichici, lo studio di questo modello del continuum energetico può aprirci alla comprensione del rapporto fra archetipi e continuum energetico,

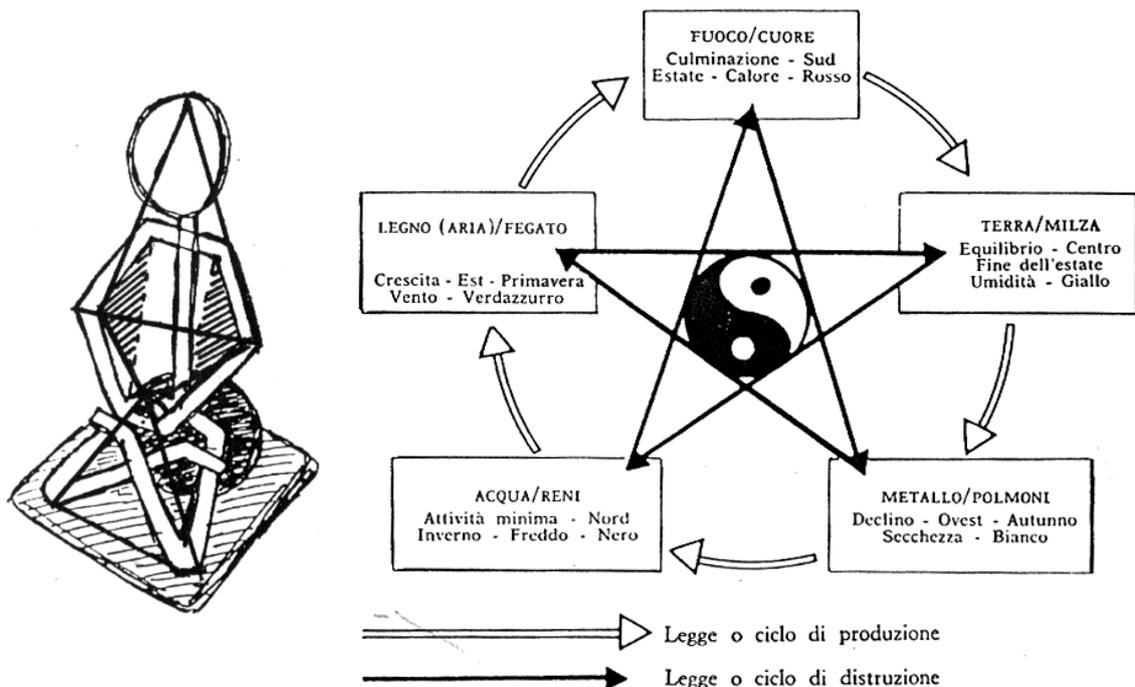


Figura 3 - Analogia fra la postura di Zazen e la stella a cinque punte, che mette in evidenza il ciclo energetico (produzione e distruzione) e la legge d'interdipendenza che regola il micro e macrocosmo. L'immagine del pentagramma da "La pratica della concentrazione"(5)

della vita originaria. Una volta di più si nota come gli stessi simboli ripercorrono diverse epoche e culture esprimendo analoghi significati.

### Modernità dello Zazen

Se in questo modo, "in questo forno", si realizza l'abbandono dell'Ego, superandone la dualità e accedendo alla realtà di "essere uno" con gli altri, con tutto ciò che è altro-da-me, arriviamo al modello del continuum

fra inconscio personale e inconscio collettivo, fra dimensione individuale e universale della realtà."(12) Dimensione che il maestro Koshō Uchiyama esprime bene commentando un testo di Dōghen con la frase: "La mente, in quanto conoscenza del Buddha trasmesso direttamente, è intesa come la mente che permea tutte le cose, e che ha in sé tutte le cose. La mente permea tutti i fenomeni e tutti i fenomeni sono inseparabili dalla mente." Si tratta del continuum materia-psiche, lo stesso



concetto che ritroviamo nel testo di Frigoli quando, parlando del Sé psicosomatico, egli afferma che secondo una logica sincronica e circolare i fenomeni del mondo reale esprimono non già la natura delle cose ma la natura della mente.(13) Dice Frigoli: "L'aspetto 'circolare' del metodo prima descritto vuole indicare che non esiste separazione fra realtà fisica e la psiche di colui che la studia, sì che le conclusioni che se ne traggono su di un versante, quello della realtà ad esempio, vengono riferite alla psiche del soggetto indagante, che modificando il proprio metodo di osservazione e la propria struttura del campo di coscienza ritrova nella realtà esterna aspetti nascosti a una prima osservazione, che possono essere svelati solo quando il soggetto cambia all'istante la propria prospettiva di studio del modello di indagine."(12) Anni fa a Kyoto due maestri di kendo, di circa ottant'anni, si affrontarono in combattimento: per cinque minuti si fronteggiarono, spada contro spada, assolutamente immobili. Alla fine l'arbitro decretò la parità. Due giovani si sarebbero vigorosamente aggrediti in attacchi più o meno disordinati, due combattenti in età matura avrebbero messo in gioco tutta l'esperienza della loro tecnica, mentre i due vecchi maestri d'arti marziali si affrontarono in un combattimento dello spirito, occhi negli occhi. Se uno dei due si fosse mosso, anche la sua coscienza si sarebbe mossa rivelando un'incrinatura, e allora l'altro avrebbe colpito implacabilmente. È difficile stabilire una gerarchia, dice il maestro che commenta, tra shin, lo spirito, waza la tecnica, e tai, il corpo. La loro perfetta unione crea l'azione perfetta. (4) I due grandi vecchi avevano superato la dualità del proprio spirito e ucciso il proprio Ego. In ciascuno di essi mente e corpo erano in quegli istanti una cosa sola, ma ciascuno era una cosa sola anche con l'altro. Così essi avevano trasformato la realtà che stavano vivendo, realtà che sarebbe stata la stessa ma insieme sarebbe stata completamente diversa se la coscienza dei protagonisti fosse stata un'altra. Forse questo intendevano i maestri nel dire che non sempre la causa precede l'effetto, a volte è il contrario. Bisogna allora concludere che uccidere il Sé significhi

raggiungere una sorta di Sé puro e autentico, totalmente privo di storture e deformazioni? Ecco cosa risponde in proposito Bernard Glassman, un ingegnere spaziale che ha lavorato agli invii delle navicelle su Marte e dirige oggi la Comunità Zen di New York e il Centro Zen di Los Angeles. Due parole su di lui, giusto per dire che lo Zen non è pura contemplazione eremitica, ma è innanzi tutto vivere concretamente nella vita e nei problemi, "qui e adesso" ad ogni istante. Glassman ha creato la Fondazione Greyston, un panificio organizzato e diretto secondo i principi dello Zen, oggi un'impresa di grande successo che è riuscita a togliere decine di senzatetto dalle strade di New York, dove quando uno diventa un "senzatetto" difficilmente ritrova la strada per risalire. C'è riuscito senza fare carità di alcun tipo ma inducendo queste persone a ridiventare padrone di se stesse. La maggior parte di loro ha ripreso a lavorare, molti hanno acquistato o stanno acquistando l'appartamento nell'edificio che la Fondazione ha ristrutturato e messo a disposizione, dietro pagamento di un affitto equo. Dice dunque Glassman: "Tendiamo a credere che proseguendo lungo il cammino intrapreso, arriveremo a un Sé puro e autentico. Non vogliamo però accettare che anche quell'altra parte di noi confusa e apparentemente impura sia anch'essa il vero Sé. Accettando fino in fondo di essere illusi senza speranze, dobbiamo accettare anche una delle conseguenti constatazioni: o il Sé illuso dev'essere anch'esso il vero Sé, o non raggiungeremo mai il vero Sé." Vuol dire, continua Glassman, che per arrivare al Sé dobbiamo accettare la nostra parte illusa, la nostra parte ombra. Dobbiamo essere in grado di superarla, come se si trattasse di cavalcare un bufalo selvaggio. Dobbiamo attraversare il dolore e imparare proprio dal dolore stesso. "Nella vita tendiamo a evitare le cose che ci spaventano" prosegue Glassman. "Tuttavia, per poter raggiungere l'interrezza, dobbiamo penetrare sempre più profondamente in noi stessi, arrivando a toccare sempre più cose di cui abbiamo paura." (9) Sono questi i coni d'ombra delle nostre eclissi, i perché del nostro corpo e delle nostre malattie che esprimono



in modo così stupendamente ma anche paurosamente sincronico, la nostra dualità, i nostri squilibri. Scrive Frigoli: "In accordo con gli studi più recenti della scienza, ogni nostra molecola, ogni nostra cellula, organo od apparato, funziona sulla base di precisi eventi sincronici fra loro, e connessi analogicamente al mondo esterno, costruendo un modello di complessità così vasto che è tenuto assieme dalla funzione archetipica del Sé. (...) Se però proviamo ad immergerci con la nostra coscienza, nel centro del funzionamento del nostro corpo, allora non potrà non sorprenderci l'osservazione che tutto in noi sul piano fisiologico, dalla cellula all'organo, risuona come un immenso evento sincronico. Anzi, diremo di più, quegli eventi psichici e comportamentali che la psiche dell'lo registra come sincronici, altro non sono che la messa in risonanza sul piano esteriore della vita, di un momento parziale dell'harmonia mundi dell' 'infrarosso' corporeo che attiva le analoghe imago psicologiche e relazionali, con l'effetto finale di un evento 'percepibile' dai sensi, ma originato da una armonia biologica che ci sfugge."(12) Per percepire quell'armonia e superare la dualità non ci resta che passare attraverso i sensi, attraverso il corpo. Ecco perché siamo proprio pazzi noi occidentali se teniamo in considerazione soltanto la saggezza!

## Bibliografia

- 1) Dōghen, E., (1990). *Il cammino religioso (Bendōwa)*. Genova: Marietti
- 2) Dōghen, E., (Ed. Giuseppe Jiso Forzani). (1997). *Divenire l'essere*. Milano: EDB
- 3) Deshimaru, T., (1985). *La voce nella valle*. Roma: Ubaldini
- 4) Deshimaru, T., (1995). *Lo Zen e le arti marziali*. Milano: SE
- 5) Deshimaru, T., (1996). *La pratica della concentrazione*. Roma: Ubaldini
- 6) Sekida, K., (1972). *La pratica dello Zen*. Roma: Ubaldini
- 7) Roshi, K.U., (1976). *La realtà dello Zazen*. Roma: Ubaldini
- 8) Hirai, T., (1995). *Meditazione Zen come terapia*. Milano: RED
- 9) Glassman, B., Fields, R., (1997). *Il pane e lo Zen* Roma: Ubaldini
- 10) Roshi Philip Kapleau, R.P., (1965-1980). *The three pillars of Zen*. New York City: Doubleday
- 11) Deshimaru, T., (1993). *La tazza e il bastone, 111 storie Zen*. Milano: Mondadori
- 12) Frigoli, D., (1999). *Il corpo e l'anima. itinerari del simbolo*. Bologna: Sapere Edizioni
- 13) Roshi, K.U., (1986). *Istruzioni a un cuoco Zen*. Roma: Ubaldini
- 14) Seligman, K., (1985). *Lo specchio della magia*. Firenze: Cassini

*La Redazione esprime il suo profondo ringraziamento a Guglielmina Ronchi per il suo prezioso contributo che continuerà ad animare il nostro lavoro.*



## OCCIDENTE: LA TERRA DEL TRAMONTO

### Introduzione

Il tramonto dell'Occidente è considerato ormai un dato acquisito, quasi un luogo comune: l'ascesa di India e Cina, la recessione economica che segna l'Europa occidentale, la crisi d'identità vissuta dagli Stati Uniti sono solo alcuni dei segnali di questa crisi. L'Occidente non solo ha perso la sua supremazia in campo politico, militare ed economico, ma anche dal punto di vista psicologico.

"Il tramonto dell'Occidente"<sup>1</sup> è anche il titolo di un'opera del filosofo tedesco Oswald Spengler, che tanto successo ebbe al momento della sua pubblicazione, in un'epoca segnata dalle conseguenze tragiche della prima guerra mondiale, e che altrettanto è caduta nell'oblio, a causa di una presunta vicinanza dell'autore al nazionalsocialismo, peraltro non confermata dai fatti<sup>2</sup>, visto che Spengler ebbe al contrario spesso parole di disprezzo nei confronti di quell'ideale politico e dei suoi rappresentanti, Hitler compreso. In particolare rifiutava ogni definizione di tipo biologico della razza, che considerava invece qualcosa di cosmico e psichico, 'razza dell'anima'. La differenza di rango tra gli uomini, per Spengler non sta nella loro etnia, ma nel loro atteggiamento di fronte al destino. Resta comunque il fatto che Spengler fu – come Heidegger, Junger, Celine e forse in una certa misura Jung – 'abbagliato' almeno per un certo periodo dal nazismo, visto come possibile riscatto della tradizione europea contro il dominio della scienza e del denaro. Con il passare del tempo i suoi rapporti con il partito degenerarono fino a essere duramente attaccato dagli ideologi di regime: la visione di un imminente tramonto della civiltà occidentale non poteva certamente essere apprezzata dal regime nazista, che vedeva nel Terzo Reich una sorta di rigenerazione dell'Europa ad opera del popolo tedesco.

Quest'opera diventa di grande interesse in un'ottica ecobiopsicologica, in quanto l'autore tedesco paragona – e in questo sta l'originalità della sua opera – le grandi culture che si sono susseguite nel corso della storia dell'umanità ad altrettanti organismi, che come ogni altro essere vivente nascono, vivono e muoiono. Si tratta di organismi biologici dotati di un Anima, paragonabili a individui, che pertanto hanno una loro biografia, un loro destino, una coscienza e possono essere pertanto oggetto di una psicologia, anche se del tutto peculiare. Analizzeremo anche l'altra idea fondamentale dell'opera, quella della possibile fine della cultura occidentale, cercando di confrontarla con ipotesi alternative che possano al contrario segnare per la nostra cultura, un 'punto di svolta', un possibile nuovo inizio.

### La civiltà come organismo vivente

Il "Tramonto dell'Occidente" uscì in due volumi, nel 1918 e nel 1922, ed ebbe un grande successo; lo stesso Spengler, prima sconosciuto professore di provincia, diventò un filosofo di successo, le cui idee divennero popolari e oggetto di discussioni. L'idea forse più interessante dell'opera è quella di considerare le civiltà come organismi viventi di ordine superiore: la storia di ogni grande civiltà "è, morfologicamente, in esatta corrispondenza con la piccola storia dell'individuo umano, di un animale, di una pianta"<sup>3</sup>. Tutte le civiltà sono organismi appartenenti alla stessa specie, sottoposte a una logica organica con il suo ritmo e le

<sup>1</sup> Spengler, O., (2008). *Il tramonto dell'Occidente. Lineamenti di una morfologia della storia mondiale*. Milano: Longanesi.

<sup>2</sup> Per i rapporti tra Spengler e il nazismo si veda David C. (1994). *Hitler e il nazismo*. Milano: Newton Compton; Cottone M. (1978). *Recensione di Spengler in Italia*. In: Spengler (2008), op. cit.; Zecchi S. (2008). Introduzione. In: Spengler (2008), op. cit.

<sup>3</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 170.

sue fasi, ognuna con una propria durata. La civiltà, pertanto, come ogni altra forma organica, ha una durata di vita limitata e attraversa le stesse fasi che si ripetono ciclicamente nella natura, così come nella vita di ciascun individuo: nascita, infanzia, gioventù, maturità, vecchiaia e morte. E come ogni altro organismo, la civiltà, una volta morta, non può più ritornare in vita.

Di per sé l'idea di un ciclo sotteso al percorso di una determinata civiltà non è particolarmente originale. Tutti conosciamo l'ascesa, l'emergere e il declino che hanno attraversato grandi culture come quella egizia o greco-romana. Modelli di questo tipo sono stati proposti anche da altri storici. L'originalità di Spengler sta però nella metafora biologica che priva la storia della civiltà dalla necessità di cause, ma anche di finalità: le civiltà sono senza fini "come i fiori dei campi"<sup>4</sup>, provengono da un elemento primordiale e ad esso ritornano dopo la loro morte. Qui, confuse con le altre forme viventi, continuano a effondere alla terra la propria sostanza materiale, come delle radici disseccate.

Le civiltà non vengono create dagli uomini e neppure generate da altre culture (come, ad esempio, comunemente riteniamo che la cultura moderna sia generata da quella dell'antichità greco-romana<sup>5</sup>). Ogni civiltà ha possibilità di espressione peculiari (lingue, popoli, paesaggi, dei ecc.) che sbocciano, maturano, declinano e muoiono. In altre parole, ogni civiltà realizza in modo progressivo e completo le sue possibilità, ma con questo completamento, che Spengler definisce *Civilizzazione*, la civiltà si avvia verso la sua fine, una fine che non è come per altri studiosi dovuta a una perdita di flessibilità e di capacità di adattamento – o meglio – lo è, ma solo e semplicemente perché questi difetti si associano alla vecchiaia di una civiltà e portano inevitabilmente alla morte della stessa. A questo punto la cultura morta non è in grado di far altro che dare la propria materia a quel "paesaggio materno" dal quale essa stessa proviene e dal quale sorgeranno nuove civiltà, ma per nulle influenzate da quelle ormai morte.

Alla base di tutto c'è un flusso vitale, infinito e caotico, indivisibile e inconoscibile concettualmente, dal quale le singole civiltà così come i singoli organismi si staccano, obbedendo a una sorta di 'principio di individuazione'. Questa "vita totale" è un manto che circonda il pianeta e un'enorme quantità di esseri viventi che si muovono e cercano di affermarsi, lottando gli uni con gli altri, uccidendo o finendo uccisi. In ciò Spengler si ispira a Goethe: "Natura! Ne siamo circondati e avvolti, incapaci di uscirne, incapaci di penetrare più addentro in lei. Non richiesta, e senza preavviso, essa ci afferra nel vortice della sua danza e ci trascina seco, finché, stanchi, non ci sciogliamo dalle sue braccia. Crea forme eternamente nuove; ciò che esiste non è mai stato; ciò che fu non ritorna – tutto è nuovo e pur sempre antico. Viviamo in mezzo a lei e le siamo stranieri. [...] Sembra aver puntato tutto sull'individualità, ma non sa che farsene degli individui. Costruisce sempre e sempre distrugge: la sua fucina è inaccessibile. C'è in lei una vita eterna, un eterno divenire, un moto perenne; eppure, non fa un passo avanti. Si trasforma di continuo, non conosce un attimo di quiete. Ignora l'immobilità; colpisce di maledizioni l'indugiare. È salda. Il suo passo è misurato, rare le sue eccezioni, invariabili le sue leggi. [...] Suscita dal nulla le sue creature, e non dice loro né da dove vengono né dove vanno. Devono soltanto correre. La strada la conosce lei. [...] La vita è la sua più bella scoperta; la morte, il suo stratagemma per ottenere molta vita"<sup>6</sup>.

Le idee di Spengler possono richiamare

<sup>4</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 41.

<sup>5</sup> Al contrario "la storia del sapere occidentale è quella di una progressiva emancipazione dal pensiero antico" che per Spengler "fu imposta dalle profondità dell'inconscio" (op. cit., p. 127), ma al tempo stesso "proprio perché gli opposti si toccano e forse rimandano a qualcosa di comune nelle ultime profondità dell'essere" (op. cit., p. 131) nell'anima occidentale è sempre presente una ricerca dell'ideale dell'anima greco-romana, amata più di ogni altra civiltà.

<sup>6</sup> Goethe, J.W., (1999). *La metamorfosi delle piante*. Parma: Guanda. p. 152-3. Questa frase è in realtà del teologo svizzero Tobler, ma è compresa in tutte le edizioni di quest'opera in quanto esprime pienamente la concezione della natura di Goethe, come confermato dallo stesso autore.



alla mente l'ipotesi Gaia di Lovelock e Margulis, un pianeta Terra che sembra un essere vivente, capace di auto-organizzarsi, di sopravvivere e di evolversi nonostante lo stato di squilibrio chimico e costante nel quale vive. Ma il pensiero poetico e al tempo stesso pessimista di Spengler adombra un'idea più inquietante: se la Terra è un unico essere vivente, gli organismi che la abitano non sono altro che cellule, che – inconsapevoli della loro origine e del loro destino – devono “soltanto correre” fino al momento della loro morte, una sorta di apoptosi che permette al grande corpo della terra di continuare a vivere.

La civiltà essendo un organismo è una totalità le cui parti – scienza, filosofia, morale, diritto ecc. – hanno tra loro rapporti necessari e vitali. Ma c'è di più: tutti gli elementi di una civiltà sono connessi interiormente da un'affinità morfologica, da un nesso formale, vanno pertanto concepiti come l'espressione in una forma dell'anima di una determinata civiltà. Proprio come accade in un organismo vivente i cui organi non possono vivere indipendentemente gli uni dagli altri, così gli elementi di una civiltà devono essere collegati fra loro per essere dotati di vita. Sembra di respirare concetti ben più moderni dell'epoca nella quale sono stati scritti, quasi l'anticipo del pensiero sistemico che si esprimerà a pieno nel corso del XX secolo. Spengler si spinge oltre affermando che tutti gli elementi di una civiltà sono collegati dal fatto di esprimere l'anima di una determinata civiltà. La metafora spengleriana priva la civiltà di un'origine nobile e di una finalità degna, ma le dona un'anima; essa così finisce inevitabilmente con l'essere identificata non solo con un organismo, ma in particolare con l'essere umano. Il cerchio sembra chiudersi, in una sorta di approccio ecobiopsicologico *ante-litteram*.

Le affinità non sono limitate a un superficiale richiamo tra aspetti biologici, ecologici e culturali, c'è di più. Per Spengler sono esistite otto grandi civiltà, l'ultima è quella occidentale (europea e americana) che, nel momento in cui scrive, è l'unica civiltà che si stia realizzando sulla Terra. Sia pure differenti

queste civiltà presentano tratti comuni. La storia mondiale, infatti, si manifesta in un numero di forme limitato: epoche, situazioni e personaggi storici si ripetono, come se ci fosse un tipo sottostante del quale le singole figure storiche (ad esempio Alessandro Magno e Napoleone), gli eventi (la guerra di Troia e le Crociate), gli stili artistici (il dorico e il gotico), le città (Atene e Parigi) etc. non sono altro che le manifestazioni in un determinato periodo. Spengler non usa il termine esplicitamente il termine archetipo, ma le parole che usa riecheggiano alcuni aspetti fondamentali dell'archetipo junghiano: il carattere formale, il suo essere collettivo e impersonale, la sua ripetitività<sup>7</sup>. Così come il corpo ontogeneticamente ricapitola la filogenesi, lo sviluppo di ogni cultura sembra riproporre una sorta di sviluppo archetipico: alle base potrebbe esserci anche qui l'archetipo della Vita<sup>8</sup>? Non a caso l'archetipo che prende forma in una cultura lo fa nei suoi elementi psichici, immateriali, spirituali (la sua arte, la sua filosofia, la sua morale ecc.), ma anche incarnandosi nella sua materia, nella pietra dei monumenti, ma anche e forse in modo più significativo lasciando i propri segni nella carne e nel sangue degli esseri umani.

#### **Essere desto, angoscia cosmica e anima: la psicologia di Spengler**

Spengler costruisce analogie tra la vita delle civiltà e quella dell'essere umano; tra l'idea di una civiltà e l'anima dell'individuo, tra la storia che è la manifestazione sensibile di quell'idea e il corpo vivente che è l'espressione dell'anima dell'uomo nel mondo. La storia diventa così la biografia delle civiltà e la psiche individuale la metafora dell'anima della civiltà, alla quale pertanto può essere applicata una psicologia descrittiva, capace di comprendere il suo 'carattere', il suo stile, identificabile in tutte le sue manifestazioni, in tutti i suoi simboli.

All'insicurezza dell'infanzia si sostituisce la

<sup>7</sup> Pieri, P.F., (1998). *Dizionario Junghiano*. Edizione ridotta. Torino: Bollati Boringhieri.

<sup>8</sup> Frigoli, D., (2007). *Fondamenti di psicoterapia ecobiopsicologica*. Milano: Armando.



sicurezza e la consapevolezza della propria forza tipiche della maturità, alle quali poi subentra una vecchiaia dove la forza declina, ma è ancora capace di creare, fino a quando la civiltà ormai stanca, “aspira a tornare nell’oscurità della mistica psichicità primordiale, a risprofondarsi nel grembo materno, nella tomba”<sup>9</sup>. Spengler vede “una molteplicità di civiltà possenti, scaturite con una forza elementare dal grembo di un paesaggio materno, al quale, ciascuna resta rigorosamente connessa in tutto il suo sviluppo: civiltà che imprimono ciascuna la propria forma all’umanità, loro materia, e che hanno ciascuna una propria idea e delle proprie passioni, una propria vita, un proprio volere e sentire, una propria morte”<sup>10</sup>.

Fintanto che la civiltà vive, essa è coinvolta in “una lotta intima e appassionata per l’affermazione dell’idea contro le potenze del caos all’esterno, così come contro l’inconscio all’interno, ove tali potenze si ritirano irate”<sup>11</sup>. Una lotta che è particolarmente dura durante l’infanzia della civiltà quando “una coscienza mitica del mondo lotta contro tutto ciò che è oscuro e demonico in sé e nella natura come contro una colpa”<sup>12</sup>.

L’essere desto è la condizione propria dell’uomo. Mentre in tutti gli altri esseri viventi, “la vita scorre senza un senso dei suoi limiti, cioè senza un sapere circa compito, durata e fine”<sup>13</sup>, l’uomo è consapevole di essere “un microcosmo che sta in relazione con un macrocosmo”<sup>14</sup>, di non essere più parte di quel tutto “da cui si è stati dimessi per essere individui”<sup>15</sup>. Il destarsi della vita interiore dell’individuo spesso coincide con la morte di un parente: il bambino vede il cadavere diventare materia e nello stesso momento si sente un essere singolo in un mondo a lui estraneo. L’esperienza del bambino è un momento decisivo per la sua esistenza, grazie alla quale diventa uomo e scopre di essere un Io. Questa esperienza è anche l’esperienza dell’uomo primitivo, l’esperienza di tutta l’umanità che si desta alla scoperta della morte e della propria solitudine nell’universo. Così nasce la vita personale, la consapevolezza di essere un Io e di avere di fronte (e contro) il mondo.

Come recentemente rilevato da Giegerich la soggettività distaccata dagli avvenimenti è un “prodotto fabbricato”<sup>16</sup>, per l’uomo arcaico l’anima è nel fenomeno anzi è proprio il vincolo che tiene unite natura e storia.

Questa esperienza primordiale genera due sentimenti primordiali, il desiderio e l’angoscia cosmica, che è l’angoscia tipicamente umana di fronte alla morte e alla rigidità dello spazio infinito. Si tratta però di un sentimento creativo, è infatti, proprio questa la condizione necessaria per la donazione simbolica di senso al mondo: solo la consapevolezza della propria finitezza e della propria libertà, la paura e l’incomprensibilità della morte, ci costringono a creare un mondo dotato di senso. Questa donazione di senso vuole quindi essere una difesa dalla morte; il simbolo è pertanto una difesa, ma questo non lo sminuisce in quanto esso per Spengler è essenzialmente inconscio e interiormente necessario, “tutto ciò che esiste è anche simbolo”<sup>17</sup>.

Di fronte allo sgomento che caratterizza l’uomo che si confronta con il divenire, emerge un bisogno di permanenza, di una dimensione costante e solida che dia senso al nostro conoscere; la consapevolezza del divenire deve venire a patti con le necessità della vita pratica. La conoscenza calma l’angoscia cosmica, è quindi una forma di potere che permette all’uomo di acquisire sicurezza rispetto al mondo; la conoscenza, espressa nel linguaggio, trasforma la natura (dotata di leggi alle quali noi uomini dobbiamo obbedire) in un mondo per noi. In questo mondo “calma l’angoscia cosmica domando il mistero, forgiandolo in una realtà afferrabile”<sup>18</sup>. Un compito che verrà svolto a pieno dalle scienze della natura che si

<sup>9</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p.176

<sup>10</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 40

<sup>11</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 174

<sup>12</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 175

<sup>13</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 256

<sup>14</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 655

<sup>15</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 654

<sup>16</sup> Giegerich W. (2008). *Alchimia della storia e la morte dell’anima nella civiltà della tecnica*. Milano: Moretti&Vitali, p. 52.

<sup>17</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 253

<sup>18</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 134.



appropriarono “dell’essenza sconcertante dell’evento”<sup>19</sup>, cercando di rendere immune l’uomo da ogni evento potesse accadergli. Definendo il macrocosmo, l’uomo si definisce come microcosmo: la scissione tra i due, la tensione e la polarità che si vengono a creare costituiscono un fatto originario, dal quale deriva anche la polarità tra materia e spirito. Ma al proprio fondamento anima e mondo costituiscono un’unità che ha le sue fondamenta nel cosmo. Il concetto degli opposti è fondamentale in Spengler: tanto la percezione sensibile quanto la comprensione critica sono possibili solo quando un’impressione o un concetto sorge come opposto a un’altra impressione o un altro concetto, oppure quando una coppia (di concetti o impressioni) si differenzia procedendo da un’opposizione interna.

### **Il metodo di Spengler: storia, forma, analogia e sincronicità**

Per comprendere appieno l’opera, occorre innanzitutto comprendere la concezione peculiare che Spengler ha di storia e natura. Egli contrappone al *mondo come natura*, nel quale vigono leggi, formule e sistemi, il *mondo come storia*, nel quale invece valgono le forme, le immagini e i simboli. Il primo è atemporale, meccanico e inanimato, matematico e misurabile; il secondo è ‘nel tempo’, direzionato, organico e cronologico. Oltre al determinismo comunemente inteso, quello di causa ed effetto che Spengler chiama *logica dello spazio*, esiste la necessità organica o *logica del tempo*. Quest’ultima ha “una certezza interna e profonda, che compenetra tutto il pensiero mitologico, religioso e artistico”<sup>20</sup>. Se la prima logica – basata sul principio di causalità – caratterizza la natura, la seconda – basata sull’idea di destino e sulla necessità della vita – contrassegna la storia. I fatti naturali presentano i caratteri della costanza e della ripetibilità, i fatti storici invece presentano quelli dell’unicità e dell’irripetibilità.

Per Spengler c’è un chiaro ordinamento: “la realtà più alta è più profonda non può essere dedotta dalla costanza, bensì soltanto dalla diversità e dalla logica organica di questa

diversità”<sup>21</sup>, il tempo è la realtà più profonda, precede e fonda lo spazio, così come l’idea del destino precede il principio di casualità, che nasce proprio dal tentativo di difendersi dal destino, dall’angoscia, dal tentativo dell’uomo di affermarsi contro la morte, creando contro il destino un altro mondo. Il mondo come storia non ha niente a che fare con la storia, intesa come materia di studio, come storiografia che, come afferma Giegerich, non avremmo avuto “senza scienza della natura”<sup>22</sup>: scienza e storiografia derivano da una dissociazione dell’evento originario che era *storia naturale*, un fenomeno naturale, ma pieno di senso. Il mondo come natura non ha nulla a che vedere con questo evento originario, con la ‘natura di vivente’ di Goethe, la “*natura realmente naturale*” di Spengler. Non ha niente a che fare neppure con la natura primitiva<sup>23</sup> e neppure con la “*natura vissuta, sconfinata e sentita di Omero e degli Edda*”<sup>24</sup>. Il mondo come natura è solo il modo di rappresentare la realtà dell’uomo maturo, che vive nelle fasi tarde di una civiltà: gli elementi costitutivi di questa modalità di rappresentazione – i numeri, le leggi, la causalità – sono già presenti, ma ancora deboli, agli albori di ogni civiltà, solo alla fine diventano predominanti e l’uomo si convince che l’immagine meccanica della natura coincide con il mondo. È questa “la natura matematizzata, senza misteri, analizzata e analizzabile di Aristotele e Kant, dei Sofisti e dei darwiniani, della fisica e della chimica moderna”<sup>25</sup>, qualcosa di *artificiale* creato dall’anima di fronte al mondo. La storia è

<sup>19</sup> Giegerich, op. cit., 52.

<sup>20</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 20

<sup>21</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 102

<sup>22</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 48

<sup>23</sup> Spengler non ha una visione negativa della civiltà primitiva, che ritiene forte e intera, vivente e attiva, ma totalmente differente dalle forme psichiche di cui dispongono gli uomini appartenenti alle civiltà ‘storiche’. L’umanità primitiva era infatti inserita in un tutto vivente e inafferrabile, una percezione del mondo che oggi compare solo nel bambino o nell’artista.

<sup>24</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 161

<sup>25</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 161. Come espresso, più recentemente da Giegerich, l’oggetto delle scienze naturali non è la natura, alla cui essenza hanno accesso solo il mito e l’immagine, ma produzioni artificiali, delle quali è lecito chiedersi come sono fatte.



invece “la forma originaria del mondo”<sup>26</sup>, il modo di rappresentare la realtà “ingenuo e giovanile, ma anche più inconsapevole, proprio a tutta l’umanità”<sup>27</sup>.

Il mondo umano è pertanto il mondo della storia, che però non può essere studiata scientificamente, essa ha che fare con forme viventi delle quali si può solo comprendere la profondità e l’autenticità. Lo sguardo storico si rivolge a un mondo di significati dove non si decide “il vero o il falso, bensì il piatto e il profondo”<sup>28</sup>. “A differenza della scienza della natura che si può imparare, la conoscenza storica è innata. Analizzare, definire, ordinare, circoscrivere secondo cause ed effetti: tutto ciò può farlo chiunque lo vuole. Questo è un lavorare; l’altra cosa è un creare. Forma e legge, immagine e concetto, simbolo e formula hanno ciascuno un organo assai diverso. In questa antitesi si riflette lo stesso rapporto che corre fra vita e morte, fra generare e distruggere. L’intelletto, il sistema, il concetto uccidono nell’atto stesso del far ‘conoscere’. Essi trasformano il conosciuto in una realtà rigida che si può misurare e dividere. Invece la visione vivifica. Essa ordina il particolare in un’unità viva intimamente sentita”<sup>29</sup>. “L’idea di destino richiede un’esperienza vissuta e non quella dello scienziato; richiede una forza di visione e non un calcolare; profondità e non intellettualismo (...). La storia vera è satura di destino, ma è libera da leggi. Il futuro lo si può presentire (ed esiste uno sguardo capace di penetrarne i segreti), ma non lo si può calcolare”<sup>30</sup>. “Tutto ciò che noi afferiamo intellettualmente ha una causa; tutto ciò che, in intima certezza, viviamo come organico ha, invece, un passato”<sup>31</sup>. Le parole accorate di Spengler mi hanno fatto ricordare le parole altrettanto appassionate di Jung: “chi vuole conoscere la psiche umana imparerà purtroppo poco o nulla dalla psicologia sperimentale. Sarebbe consigliabile per lui riporre nel cassetto la scienza esatta (...) e, armato di tutta la sua umanità, vagabondare per il mondo, attraverso gli orrori delle prigioni, dei manicomi e degli ospedali; attraverso le tette bettole di periferia, i bordelli e gli inferni del giuoco; attraverso

i salotti della società elegante, la borsa, i raduni socialisti, le chiese, (...) i riti estatici delle sette: sperimenterebbe sulla propria pelle l’amore e l’odio, la passione in tutte le sue forme; tornerebbe arricchito di un sapere che i suoi fitti trattati non gli avrebbero mai dato, e sarà un medico per i suoi pazienti, un vero conoscitore dell’anima umana”<sup>32</sup>.

Alle leggi naturali si contrappongono le forme storiche. La *forma*, che è il modo per comprendere il divenire storico, è intesa come nell’accezione di Goethe come *Bildung* (letteralmente ‘formazione’), indicando così come in tutte le forme esistenti e in particolare in quelle organiche non c’è nulla di immobile, “ma ogni cosa ondeggia in un continuo moto”<sup>33</sup>. Proprio quest’accezione è alla base della sua morfologia: la natura organica è un tutto vivente e pertanto non può essere studiata con le leggi della fisica, la quale è la “conoscenza delle nature organiche nelle loro parti interne ed esterne, a prescindere dal loro insieme organico”<sup>34</sup>, ma con la *morfologia* che invece studia l’insieme organico “ricostruendolo armonicamente con le facoltà dello spirito”<sup>35</sup>. Goethe propone la morfologia come una nuova scienza, non per il suo oggetto, ma per il suo metodo e il suo punto di vista in grado di riunire in sé ciò che è già presente ma disperso nelle diverse scienze naturali. Il suo scopo non è quello di spiegare, ma di rappresentare, di comprendere le forme organiche nelle loro trasformazioni. Spengler si basa sulla morfologia di Goethe, non più riferendola alle scienze della natura o all’arte, ma costruendo una morfologia della storia mondiale.

A un mondo fatto di uniformità, leggi matematiche e necessità causali, Spengler

<sup>26</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 160.

<sup>27</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 160-1.

<sup>28</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 157

<sup>29</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 166-7.

<sup>30</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 185-6.

<sup>31</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 237

<sup>32</sup> Jung, C.G., (1912). *Vie Nuove della Psicologia*. In: Opere, Vol. 7, Torino: Bollati Boringhieri, p. 240

<sup>33</sup> Goethe, J.W., (1999), op. cit., p. 43

<sup>34</sup> Goethe, J.W., (1999), op.cit., p. 102

<sup>35</sup> Goethe, J.W., (1999), op.cit., p. 103



contrappone il mondo della vita, che crea continuamente nuove forme, il mondo dell'unico e dell'irripetibile. Per studiare la natura vivente occorrono strumenti diversi: "dobbiamo mantenerci mobili e plastici seguendo l'esempio ch'essa stessa ci dà"<sup>36</sup>. Spengler trae sempre da Goethe la nozione di *Erlebnis*, l'esperienza vissuta, l'intuizione immediata delle forme, e la adotta come strumento di accesso al divenire della vita. È "un metodo che si basa sul sentimento non sull'analisi"<sup>37</sup>, è "intuire, confrontare, una immediata certezza interna, una immaginazione sensibile esatta"<sup>38</sup>. In quest'ultima facoltà Spengler trova sia la parte empirica, legata ai sensi, sia quella creativa, la sola in grado di comprendere le forme viventi. Le opere della natura, infatti, non possono essere studiate dalla ragione, dai concetti: occorrono metafore, similitudini, simboli, analogie. Abbiamo pertanto due diverse esperienze, quella scientifica e quella vivente, basata sull'intuizione, sull'esperienza vissuta, sull'immaginazione sensibile esatta. Per riconoscere la struttura organica della storia è necessaria una tecnica dei confronti, un *metodo*. Il modo per conoscere le forme viventi è l'*analogia*<sup>39</sup>, che permette di individuare polarità e periodicità. La legge matematica invece può essere utilizzata solo per conoscere forme morte. Bisogna però saper distinguere le analogie vere e proprie, che possono esserci nonostante forti differenze esterne tra i fenomeni, dalle somiglianze ingannatrici tra fenomeni apparentemente simili, ma che internamente non ha nulla che li accomuna (ad esempio Alessandro Magno e Cesare). Potremmo essere tentati di dire che l'analogia deve essere vitale, deve cioè rintracciare una "proporzione naturale" che l'archetipo ha usato per manifestarsi storicamente anche a distanza di centinaia di anni. Se poi lo studio di questo tipo di analogie, come afferma Diego Frigoli "rende la coscienza esplorante simile alla logica della vita"<sup>40</sup> non siamo sicuramente distanti dal discorso spengleriano. Spengler adotta inoltre il concetto di *sincronicità* in un modo assolutamente

peculiare: sono sincronici quei fatti storici che – in civiltà diverse – occupano lo stesso 'luogo relativo' e si corrispondono come significato. Sembra qualcosa di totalmente diverso dalla concezione junghiana. Occorre però considerare che alla base della sincronicità junghiana come correttamente evidenziato da Pieri c'è l'idea che il causalismo sia solo uno delle molte prospettive con le quali vedere il mondo, che permette di cogliere alcuni eventi (in particolare quelli che si dispiegano nello spazio e nel tempo), ma ne rende altri invisibili. A questo punto non siamo poi così distanti dal discorso di Spengler, il quale però rifiuta che alla base dei nessi sincronici (e morfologici) da lui rintracciati tra eventi e personaggi storici di epoche differenti possa esserci un semplice nesso psicologico, ma piuttosto ci sia una correlazione più profonda, 'biologicamente' fondata.

### L'uomo, da natura a storia

L'uomo per Spengler "è elemento e rappresentante dell'universo non solo come membro della natura, ma anche della storia, di un secondo cosmos di ordine e di contenuto diverso"<sup>41</sup>. Nell'universo oltre ai rapporti inorganici espressi della leggi della natura, esistono anche 'nessi viventi', un fenomeno non è solo un oggetto o un fatto intellettuale, ma anche un simbolo e l'espressione di un elemento psichico.

Più recentemente Yuval Noah Harari ha individuato quattro diversi sviluppi che coinvolgono il nostro pianeta. I primi tre – la fisica, la chimica e la biologia – corrispondono essenzialmente al mondo come natura di Spengler, il quarto, la storia, si riferisce allo sviluppo delle culture, strutture create

<sup>36</sup> Goethe, J.W., (1999), op. cit., p. 43

<sup>37</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 171

<sup>38</sup> Spengler, O., (2008), op.cit., p. 47

<sup>39</sup> Spengler applica nel metodo storiografico il concetto (originariamente utilizzato da Goethe in ambito biologico) di analogia (corrispondenza funzionale di organi). Concetto che si affianca a quello di omologia (corrispondenza morfologica degli organi).

<sup>40</sup> Frigoli, D., (2013). *La fisica dell'anima*. Bologna: Persiani, p. 176.

<sup>41</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 65



dall'uomo e ancora più elaborate di quelle presenti nei primi tre. L'inizio della storia non coincide con la presenza dell'uomo sulla terra, ma con una vera e propria rivoluzione, definita da Harari *rivoluzione cognitiva*, che cambia per sempre il modo di pensare dell'uomo e gli permette di sviluppare le capacità che saranno alla base di tutte le rivoluzioni successive (agricola, scientifica, industriale...). Essa costituisce il punto nel quale la storia diventa indipendente dalla biologia: fino a quel momento le azioni delle diverse specie umane appartenevano alla biologia, così come le azioni di qualsiasi altra specie animale. Successivamente alla Rivoluzione cognitiva "le narrazioni storiche sostituiscono le teorie biologiche"<sup>42</sup> come mezzo fondamentale per spiegare lo sviluppo dell'uomo. Anche se l'uomo continua ad essere sottomesso alle leggi biologiche che, attraverso il DNA, ne modella le capacità fisiche, emozionali e cognitive, per comprendere come si comporta l'uomo dobbiamo descrivere l'evoluzione storica delle sue azioni.

Il 'paesaggio materno' di Spengler è proprio questo fondo biologico, l'uomo che precede la cultura (e anche l'uomo che viene dopo la fine di una cultura) non ha una storia, o quantomeno ha una storia insignificante – un pura "storia zoologica" – come quelle delle altre specie animali.

Per Harari la capacità fondamentale alla base di questa prima rivoluzione è quella di poter immaginare entità non esistenti nel mondo reale e di potere trasmettere informazioni su queste entità, di poterle immaginare collettivamente: nascono le leggende, i miti, gli dei e le religioni. Da quel momento l'uomo vive in una realtà duplice, oggettiva e immaginata, che col tempo è diventata sempre più potente. A differenza dell'ordine naturale che è stabile, l'*ordine immaginato* è sempre a rischio di collassare, poiché si appoggia su miti, i quali svaniscono una volta e non ci si crede più. Occorrono pertanto sforzi intensi e continui, e la violenza e l'imposizione non sono sufficienti; occorre che gli uomini ci credano veramente. Per fare questo l'ordine immaginato non deve

mai essere ammesso in quanto tale, ma deve essere concepito come se fosse basato su una realtà oggettiva creata dagli dei o dalle leggi di natura. Affinché funzioni sono necessari poi un'educazione sistematica (i principi dell'ordine immaginato sono inseriti ovunque: nelle favole e nelle canzoni, nella propaganda politica e nella moda), un'organizzazione del mondo materiale (es. le stanze singole riservate ai figli che rinforzano l'individualismo), e la capacità di plasmare i nostri desideri (basti pensare all'ideale romantico di realizzare il massimo del nostro potenziale umano)<sup>43</sup>. Ma cosa ancora più importante, l'ordine immaginato è intersoggettivo, cioè "esiste all'interno di una rete di comunicazioni che collega la coscienza soggettiva di molti individui"<sup>44</sup>. Pertanto la scomparsa di un singolo individuo o il fatto che egli cambi le sue credenze non succede nulla, ma se ciò accade alla maggioranza dei membri della rete, l'ordine immaginato può modificarsi oppure scomparire.

Non sembra di essere più distanti dal discorso di Spengler: laddove c'è un'anima della cultura, un'anima che prescinde e travalica i desideri degli uomini, qui c'è una finzione, un ordine immaginato, creato proprio dagli uomini. Ma la differenza è solo apparente, Harari propone, anche se con qualche cautela, le ipotesi della *memetica*, per la quale l'evoluzione di una cultura si basa sulla replicazione di unità d'informazioni culturale, dette 'memi': come accade con il materiale genetico, tali memi possono essere trasferiti da individuo a individuo, diffondendo l'idea anche a scapito della vita dell'individuo. Le culture sono pertanto "forme che si autopropagano senza badare al beneficio del genere umano"<sup>45</sup>, come l'evoluzione genetica, la storia non considera in alcun modo la felicità dei singoli organismi. Allo

<sup>42</sup> Harari .Y.N., (2014). *Da animali a dei. Breve storia dell'umanità*. Milano: Bompiani, p. 52

<sup>43</sup> Anche per Spengler le cose vanno in questo modo, ma solo per l'uomo occidentale civilizzato, condizionato dalle notizie quotidiane provenienti dai mezzi di comunicazione di massa e dall'istruzione obbligatoria entrambe strumenti nelle mani di chi detiene il potere.

<sup>44</sup> Harari, op. cit., p. 149

<sup>45</sup> Harari, op. cit., p. 296



stesso modo in Spengler la nascita di una civiltà è un evento casuale, una mutazione; la civiltà non è creata dagli uomini, ma – al contrario – è proprio la civiltà a usare come proprio materiale i popoli, le razze e le generazioni. La civiltà, in altre parole, crea i propri simboli con la materia vivente che ha a disposizione, ma senza un fine, senza un disegno, senza una volontà. Al tempo stesso però la civiltà, pur nascendo per caso, appare già alla nascita già formata, tutte le potenzialità, che poi si esprimeranno nel corso dei secoli, sono già presenti, come se la civiltà avesse un proprio DNA, un proprio patrimonio genetico.

Nel discorso di Harari continua a mancare l'anima, ma ciò è dovuto alla sua voluta interpretazione 'nichilista' di questa capacità umana: laddove alcuni vedrebbero immaginazione mitopoietica, altri una realtà soggettiva co-costruita basata su una solida matrice relazionale, Harari vede solo finzione ed illusione. Lo stesso Spengler ammonisce riguardo al fatto che "l'unanimità, riguardo a cose mai considerate come problema, può attestare non solo una verità universale, ma anche una universale illusione"<sup>46</sup>.

### Il senso della storia

Per Spengler il nostro concetto di storia è qualcosa di peculiare della nostra civiltà. Il concetto di storia, e quindi anche quello ad esso inestricabile del tempo, è diverso da cultura a cultura. Per i greci le esperienze e il passato si trasformavano immediatamente in qualcosa di immobile, assumendo la forma del mito, la storia di Alessandro Magno, dopo la sua morte, si confonde con la leggenda di Dioniso. Anche l'arte antica ha un solo il mito come soggetto naturale. La civiltà antica viveva nel momento presente, non aveva memoria, le mancavano le coordinate della coscienza del passato e del futuro. Le città classiche erano senza tempo: fino all'epoca di Platone e Aristotele, mancano strumenti di misura del tempo e una chiara suddivisione del giorno. Il 'puro presente' è una negazione del tempo (e della direzione), il *cosmos* greco è l'immagine di un mondo che è (non diviene) e l'uomo che lo abita non

fa eccezione, è un uomo corporale, reale, sensibile, un lo empirico.

Recentemente Giegerich si è spinto oltre affermando che il concetto di storia come tempo passato non è sempre esistito e che "la storia mitica non possiede un senso storico"<sup>47</sup>, ma si riferisce piuttosto a storie (intese come narrazioni) non alla Storia. Le tradizioni, gli antenati, gli eventi del mito, comprese anche la narrazione di eventi passati come l'origine del mondo o un'antica età dell'oro si dispiegano sempre nel presente (il passato è presente) non rimandano a nulla di temporale, ma sono luoghi dell'immaginazione, collocati al di sopra o al di sotto del mondo materiale. Il mito è la natura e al tempo stesso la realtà esistenziale dell'uomo arcaico, non c'è nulla all'infuori del mito. "L'uomo mitologico non vive nell'ambiente, nel suo corpo o nella sua interiorità, vive nel mito"<sup>48</sup>.

Noi occidentali abbiamo invece un senso vivo del tempo: contiamo gli anni prima o dopo la nascita di Cristo, gli orologi sono onnipresenti nella nostra vita quotidiana, abbiamo la mania di conservare (archeologia, collezionismo e più recentemente la mania di riprendere e fotografare ogni momento del quotidiano). La *tendenza autobiografica* tipica dell'umanità occidentale è totalmente assente nella civiltà antica: "l'esistenza del Greco che chiama soma il suo io" è completamente diversa dall'"esistenza vissuta con una profonda consapevolezza presso a un lo che osserva se stesso"<sup>49</sup> dell'uomo occidentale. La cultura occidentale moderna, come evidenzia Zoja, "è caratterizzata dal diffondersi, dapprima fra le persone colte, ma lentamente in tutta la società, di due convinzioni": la prima è "l'esistenza in ognuno di noi di un mondo interiore, di una dimensione psicologica personale", la seconda è "l'affermazione della condizione esistenziale dell'uomo, di ogni uomo. Cioè il riconoscimento della sua separatezza (o della sua solitudine), persino se è credente. L'uomo si è accorto di non

<sup>46</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 101.

<sup>47</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 37.

<sup>48</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 113.

<sup>49</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 278.

essere incluso nella totalità e nell'abbraccio di Dio". Si tratta di due convinzioni che hanno però conseguenze pesanti "l'indebolimento dell'appartenenza organica a un cosmo esterno"<sup>50</sup> in primis, ma non solo, come aggiunge Giegerich "l'introspezione abbisogna di continuo di nuovi disturbi e sintomi (...) Soffrire di disturbi nevrotici (e non la loro cura) è il rituale della costruzione di sé"<sup>51</sup>.

Sempre Giegerich ha inoltre evidenziato come la storia abbia sostituito il racconto del mito: i resoconti di guerre ed evoluzioni politiche hanno lo stesso ruolo che le narrazioni di dei e titani avevano per l'uomo mitico. Si tratta di un bisogno inesauribile: bisogno di nuovo materiale (reperiti da disseppellire sempre più arcaici ed esotici), bisogno di riguardare, reinterpretare, raccontare nuovamente gli eventi passati, elaborando una propria immagine (generazionale) dei personaggi, degli eventi e delle epoche della storia. In questo modo "la storia trasforma in immagine l'essenza stessa della realtà, sicché la realtà diventa immagine", così quando osserviamo una determinata 'immagine del mondo' siamo portati a pensare che corrisponda alla realtà, quando in realtà queste immagini del mondo greco, medievale o cinese non sono 'in realtà' mai esistite. Siamo pertanto in linea con il pensiero di Spengler che sostiene che il sentimento della storia dell'uomo occidentale non è un qualcosa di condiviso con il resto delle altre civiltà: la 'storia mondiale' è la nostra immagine del mondo, non quella dell'umanità.

È come se l'uomo avesse inventato la storia per dare un senso agli eventi che si riferisca all'uomo stesso, che lo ponga al centro degli eventi, un "racconto dell'uomo sull'uomo"<sup>52</sup>. In quanto occidentali "noi crediamo nella storia. Crediamo che ogni cosa in verità si sia invariabilmente sviluppata in senso storico"<sup>53</sup>. Fintantoché il senso dominava, esso "corrispondeva a quanto era comprensibile in sé e per sé, era l'esistente a priori che circondava gli esseri umani al pari dell'aria che respiravano"<sup>54</sup>, rendeva significativi i fatti che a noi risulterebbe isolati e privi di senso. Una volta però che questo

senso è stato abolito occorre inaugurare una nuova connessione di senso, un senso che va *conferito*, che è frutto della creatività dell'uomo. Ma la comprensione storica, pur volendo nobilmente correggere i danni dovuti alla perdita di senso e di valori, con una nuova comprensione piena di senso, ci allontana ulteriormente dal senso tradizionale.

Il senso della storia occidentale è improntato alla linearità, una forma assunta pienamente nell'epoca moderna quando la storia diventa educazione dell'umanità, spinta inesauribile verso una meta finale, piano di salvezza divino. Questa concezione finisce per informare sia la nostra storia personale (e la nostra psicologia) sia la storia dell'arte, della scienza, dell'economia e della filosofia intravedendo in queste un'ascesa costante, ma non la possibilità che queste possano avere una fine. È un percorso di un continuo progresso non destinato a finire. Dominano l'ottimismo e l'idea di possibilità illimitate, rimuovendo l'esperienza organica che prevede una fine naturale.

Come ricorda Harari, però non esiste nessuna prova che la prosperità aumenti nel corso della storia. Prima della Rivoluzione Scientifica, peraltro, la gran parte delle culture non credevano nel progresso: per loro l'Età dell'Oro era oramai passata e si viveva in un'epoca di stagnazione o deterioramento; solo l'aderenza alla saggezza antica poteva portare benefici, l'idea che l'uomo potesse – senza l'arrivo di un Messia – risolvere i problemi del mondo era ritenuto un atto di superbia: come rappresentato simbolicamente dal racconto biblico della Torre di Babele o dal mito di Icaro, ogni tentativo di superare i limiti umani erano inevitabilmente votato al disastro. Si riteneva inoltre che l'ammontare della ricchezza disponibile fosse limitato: in una sorta di gioco 'a somma zero' chi si arricchiva, lo faceva a discapito di un altro, tanto che in

<sup>50</sup> Zoja, L., (2011). *Paranoia. La follia che fa la storia*. Torino: Bollati Boringhieri, p. 391.

<sup>51</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 55

<sup>52</sup> Pattis, E., (2008). Introduzione. In: Giegerich W., op. cit., p. 11.

<sup>53</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 36.

<sup>54</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 39.



molte culture accumulare denaro era ritenuto peccato.

Per Spengler ogni cultura è un organismo, e ha quindi un ritmo, una figura e una durata che sono espressione delle specie a cui appartiene e un senso del limite. Pertanto il futuro dell'Occidente non sarà caratterizzato da un progresso illimitato e neppure il nostro tempo è il culmine di una storia mondiale che si è evoluta linearmente, ma una fase che possiamo ritrovare alla fine di ogni civiltà. Il discorso di Spengler non è mai storico in senso limitativo, ma lo è nel senso che gli è più proprio, quello di abbracciare il mondo della storia, che il mondo delle forme delle viventi, della vita stessa. E allora non possiamo non interrogarci su quanto appena scritto. Se la 'rivoluzione copernicana' del relativismo, della messa in crisi dei valori assoluti e 'centrici' (antropocentrici, eurocentrici ecc.) è pienamente in corso, la messa in discussione della linearità del progresso è ancora da venire. Come giustamente rilevato da Giegerich il lavoro psicologico è "fare esperienza di una retrocessione in se stesso" fino alla propria nascita e talvolta anche oltre, è "ridiventare la propria origine, da cui poter vedere la propria evoluzione davanti a sé"<sup>55</sup> per poi dipanare la propria vita, secondo un senso unitario, come la trama di un romanzo di formazione. La concezione dello sviluppo del Sé, del seme che germoglia, ci fanno percepire un futuro promettente che si apre davanti a noi. Quanto ancora oggi le scuole, le aziende e gli studi dei terapeuti sono alimentati da questo mito? Un mito peraltro sfatato ogni volta che a qualcuno si dice che è 'troppo vecchio' per imparare, per ambire a un certo posto di lavoro o per iniziare un percorso terapeutico. Il mondo ideale delle risorse interiori infinite, del potenziale umano da esprimere a pieno, si scontra con il mondo della vita fatto sì di crescita, ma anche di maturazione e, ahinoi, di declino. È un mito che va sfatato, anche perché permetterebbe a tutti di nutrire ambizioni più realistiche nella formazione, nel lavoro e nella terapia, ambizioni più realistiche sia verso se stessi che verso gli altri.

### Il senso dell'Occidente

Per lo storico Canfora<sup>56</sup> il concetto di Occidente si consolida nel Medioevo, ma per lungo tempo mantiene un ruolo marginale nello scacchiere mondiale. A partire dal 1500, l'Europa conquista il mondo, ma è solo nella seconda metà del Settecento che il centro del potere si trasferisce in Europa. Ancora a fine Settecento, l'Asia rappresentava ancora l'80% dell'economia mondiale. Dopo però le potenze asiatiche non riuscirono a sfruttare le invenzioni tecnologiche nel modo in cui avverrà in Occidente. Ciò che mancava a loro per Harari erano non le armi o le tecniche ma valori, miti, apparati e strutture maturate in Occidente a partire dal 1500, in particolare la scienza e il capitalismo moderni. Alla base di tutto ciò c'era la mentalità della conquista, l'idea della 'mappa vuota' da riempire: conquistatori e scienziati partivano da un'ammissione d'ignoranza che gli spingeva alla ricerca di cose nuove da scoprire, sperando che tali nuove conoscenze li avrebbero resi padroni del mondo. In questo modo, l'Occidente – oggi comunemente inteso come l'insieme di Europa e Stati Uniti – ha potuto conquistare l'egemonia sull'intero pianeta e, negli ultimi duecento anni, dare forma al mondo moderno. Spengler avrebbe visto in tutto questo l'espressione dell'anima faustiana, l'anima della civiltà occidentale: la psicologia della civiltà occidentale è basata sulla dinamica psichica, sul concetto di volontà, sulla biografia e sul ritratto. È un'anima che si riflette nell'anima. Il simbolo elementare della civiltà occidentale è l'estensione infinita (la 'mappa vuota' di Harari), la direzione diventa volontà, tensione infinita, un simbolo che si esprime nei miti e nelle religioni, nell'etica, nella scienza e nelle arti, ma da nessuno di questi aspetti viene rappresentato in modo esaustivo. La volontà di potenza nasce con i conquistatori vichinghi, con la saga nordica dell'Edda, le cattedrali gotiche e le crociate. Il Faust di Goethe è il tipico uomo occidentale:

<sup>55</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 54

<sup>56</sup> Canfora, L., (1992), *Il sarto cinese*, in Toynbee A.J. (1992). *Il mondo e l'Occidente*. Palermo: Sellerio, p. 101-127.



mai soddisfatto di quel che possiede, teso sempre verso nuove mete ed esperienze, desideroso di sapere e di sperimentare, affamato di assoluto. L'anima occidentale è caratterizzata dall'impulso di andare oltre ogni ostacolo, di non accontentarsi delle comodità superficiali della vita e delle facili impressioni, esige attività, decisione, autoaffermazione. Lo spirito che la anima è un'ansia di dominio e di illimitato.

C'è di più, all'uomo occidentale manca la coscienza della relatività storica dei suoi principi e delle sue teorie. L'Europa occidentale è per noi il centro naturale di un sistema storico, una sorta di sistema tolemaico nel quale storie millenarie, come quelle egiziana e cinese, hanno un peso ridotto a confronto di eventi spazialmente vicini che assumono invece proporzioni gigantesche. Spengler propone invece una rivoluzione copernicana, nella quale l'Occidente perde la propria posizione di privilegio rispetto alle altre civiltà. Nonostante l'intenzione di validità universale, le nostre teorie e i nostri principi hanno un senso occidentale; ogni aspetto di una determinata Civiltà è una manifestazione di questa, e al suo interno ha un valore assoluto, ma è totalmente priva di senso al di fuori di quella determinata Civiltà: nella storia, nel mondo vivente, non esiste nulla di costante o universale, non esistono una filosofia, una morale o nemmeno una scienza universali. Ma lo scetticismo di Spengler si spinge oltre, affermando che si tratta di valori temporanei e locali adatti solamente a un certo tipo di persone: gli intellettuali delle grandi città dell'occidente del tempo nel quale vengono espressi. Spengler riconosce che anche la sua filosofia riflette solamente l'anima occidentale, e solo quella dello stadio della civilizzazione. Quando l'occidentale rilegge un'altra civiltà lo fa mettendoci dentro le proprie speranze e le proprie mancanze, è un'illusione che andrebbe indagata sul piano psicologico.

### **Occidente al tramonto**

Siamo così giunti a un altro dei punti cardine dell'opera di Spengler, l'idea che la civiltà occidentale sia una civiltà declinante, destinata

a morire. Il tramonto dell'Occidente è una conseguenza organica, pertanto necessaria, è l'inevitabile destino di ogni civiltà. La fase finale di ogni civiltà è la civilizzazione, lo stadio più esteriore ed artificiale, dove alla vita, al divenire, all'evoluzione, subentrano la morte, il divenuto, la fissità, un termine che deve essere sempre "raggiunto secondo una necessità interna di qualsiasi civiltà"<sup>57</sup>. La civilizzazione è la 'demolizione metodica' di forme oramai morte e inorganiche. Il declino non è quindi frutto di una degenerazione (come sostenevano molti nell'epoca in cui Spengler scriveva), ma il normale invecchiamento di un essere vivente. La tendenza tipica della civilizzazione è l'*espansione*, qualcosa di mostruoso e demoniaco, che durante la civilizzazione assume la forma dell'*imperialismo*, che travalica tutti i limiti geografici e materiali, trasformando l'intero pianeta in un unico sistema politico, economico e valoriale. Tutto questo per Spengler non è altro che una compensazione: durante la civilizzazione le forze creatrici non si rivolgono più all'interno, ma all'esterno; la consapevolezza della propria povertà interiore viene supplita dalla conquista del mondo esterno.

L'imperialismo, come ha notato Giegerich, non riguarda solo popoli o individui sottomessi, "ma le più recondite profondità del nostro essere; ci colpisce in prima persona"<sup>58</sup>. Non ha senso resistergli, così facendo non si fa altro che alimentarlo. Non possiamo liberarcene perché è una realtà fattuale a cui possiamo solo sottometterci, cercando di mitigarne l'influsso e di trarne qualche vantaggio. L'imperialismo non è la colpa dell'occidente, ma il suo padrone. L'attivismo politico, le ammissioni di colpa e di *hybris*, il rammarico per la perdita dei valori non sono altro che meccanismi di difesa. In questa fase non si crea più, ma si rimescolano concetti già presenti; "le grandi decisioni spirituali non si realizzano più 'nel mondo intero' (...), bensì in tre o quattro metropoli che hanno assorbito tutto il contenuto della storia e di fronte alle quali

<sup>57</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 57.

<sup>58</sup> Giegerich, W., op. cit., p. 88.



l'intero paesaggio di una civiltà scende al rango di una provincia"<sup>59</sup>. L'abitante di queste grandi città è un "nuovo nomade", un uomo cosmopolita, pratico, intelligente ma sterile, senza religione, senza patria e senza tradizione, che Spengler contrappone al *popolo formato* legato alla propria terra i cui membri esemplari sono i contadini e la nobiltà terriera, non a caso entrambi avversati dal nomade metropolitano. Non c'è più un popolo, ma una massa fatta di "piccola gente" dedita a divertimenti (sport, scommesse, balli, filosofie e arti 'alla moda'), analoghi al *panem et circences* dell'epoca imperiale romana. Anche l'attenzione per i fatti biologici della nutrizione e dell'igiene fa parte di queste distrazioni. Giegerich recentemente ha notato come lo spettacolo di intrattenimento e il cosiddetto tempo libero non siano una necessità naturale dell'uomo, ma nuovi bisogni creati con il grande impegno – di denaro ma anche di energie intellettuali – della pubblicità.

La stessa intelligenza per Spengler non è qualcosa di positivo, ma "è l'esercizio perfetto del pensiero che si sostituisce a un'esperienza inconscia della vita: è qualcosa di scarno, di squallido. I visi intelligenti degli uomini di tutte le razze si rassomigliano"<sup>60</sup>. Una tendenza tipica dei popoli civilizzati è l'aspirazione alla pace mondiale, questo però per Spengler è solo un modo per assicurarsi benessere e stabilità e al tempo stesso un sintomo dell'indebolimento di questi popoli destinati a soccombere di fronte a popoli più giovani e aggressivi.

Tranne quando viene fuori lo spirito conservatore e, in qualche misura nostalgico, di Spengler, è difficile non essere d'accordo. Oggi l'Europa occidentale e l'America sono ormai quasi completamente urbanizzate<sup>61</sup>; il calo di fertilità interessa tutta la popolazione maschile occidentale<sup>62</sup>; nei paesi dell'Europa Occidentale la percentuale di atei e agnostici è del 25%<sup>63</sup>. Se guardiamo ai divertimenti i risultati sembrano altrettanto imponenti: in Italia, ad esempio, il gioco d'azzardo costituisce la terza 'impresa' del paese con oltre 86 miliardi di euro (tra gioco legale e illegale)<sup>64</sup>; l'arte contemporanea ha

recentemente superato il miliardo di euro di vendite all'asta, acquistando un sempre maggior peso rispetto all'arte antica e moderna<sup>65</sup>; negli Stati Uniti si spendono ogni anno circa 30 miliardi di dollari per prodotti e programmi dietetici, dietologi, cibo ipocalorico, farmaci dimagranti<sup>66</sup>. Gli esempi non potrebbero certamente finire qui. Anche sull'ultimo punto difficile dissentire dalle guerre 'calde' del primo Novecento, siamo passati alla guerra fredda, la cui fine sembrava presagire un nuovo ordine mondiale, una *pax americana*, miseramente crollata con gli attacchi di matrice islamica che hanno colpito al cuore le grandi città occidentali.

Per Spengler la fine della civiltà occidentale è inevitabile, le possibilità di realizzazione sono limitate, possiamo realizzare "o nulla, oppure quel che è necessario"<sup>67</sup>, non è più possibile una grande pittura, una grande musica, una grande architettura o una grande filosofia. Le uniche possibilità rimaste sono nel *dominio dell'estensione*: nella tecnica, nell'esercito, nella politica, nella finanza etc. L'uomo occidentale ha accontentato Spengler: saremo tentati di dire che nel Novecento abbiamo avuto Picasso e i Beatles, Le Corbusier e Heidegger, ma tutte le opere del pensiero spariscono rispetto ai successi ottenuti dall'uomo in campo tecnologico (dal viaggio sulla Luna all'interconnessione globale di Internet), militare (fino al massimo potenziale distruttivo possibile della bomba atomica), finanziario (il valore delle

<sup>59</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 59.

<sup>60</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 798.

<sup>61</sup> Rapporto UNICEF 2012 "Figli delle città" - Scheda dati 1: Urbanizzazione - <http://www.unicef.it/doc/3586/rapporto-unicef-2012-dati-urbanizzazione.htm>

<sup>62</sup> <http://salute24.ilsole24ore.com/articles/15656-fertilita-maschile-per-gli-spermatozoi-no-a-shock-termici>; negli ultimi 15 anni la popolazione maschile, in particolare quella compresa tra 18 e 25 anni, ha registrato una significativa riduzione del numero di spermatozoi, mediamente del 30%

<sup>63</sup> <https://it.wikipedia.org/wiki/Ateismo>

<sup>64</sup> <http://www.libera.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/5743>

<sup>65</sup> <http://imgpublic.artprice.com/pdf/artprice-contemporary-2012-2013-it.pdf>

<sup>66</sup> Gordon, R.A., (2000). *Anoressia e bulimia*. Milano: Cortina.

<sup>67</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 70.



capitalizzazione del New York Stock Exchange vale oggi 21.000 miliardi di dollari) e politico (con la costruzione di unità politiche come l'Unione Europea). Per Spengler un'epoca con un carattere puramente espansivo priva di produzioni artistiche o filosofiche superiori è comunque un'epoca irreligiosa e di decadenza. "Ma noi non abbiamo scelto questo tempo"<sup>68</sup>, dobbiamo solo renderci conto del nostro destino, comprenderlo, perché, nonostante le illusioni che possiamo crearci, non possiamo evitarlo. Gli uomini che si oppongono al destino sono destinati all'insuccesso: è come opporsi al ciclo biologico, al tramonto così come alla vecchiaia non è possibile sottrarsi. L'unica reale possibilità sta nel riconoscimento di questo destino, l'unica azione possibile quella rivolta nella sua direzione, non si può fare altro che volere questa fine, amare questo destino, ma di ciò sono capaci solo le 'nature metalliche'. Il destino trascina con sé anche chi si oppone a esso, chi non vuole seguirlo.

La stessa possibilità di prevedere questa fine è tipica della civiltà occidentale: il mondo antico finì, ma senza la consapevolezza della propria fine, al contrario noi occidentali conosciamo la nostra storia, sappiamo che ci aspetta un'ultima grande crisi che colpirà il mondo europeo e americano. È una crisi che già si sente all'epoca nella quale Spengler scriveva, contrassegnata dalla crisi della morale e della religione, della decadenza dell'arte, dai dubbi sempre maggiori sul valore della scienza, dai problemi derivanti dalla vittoria della città sulla campagna (in particolare la denatalità e l'abbandono della terra), dalla crisi delle relazioni tra individuo e stato. Tale crisi si esprimerà prima con il prevalere del socialismo, della democrazia e del potere del denaro, ma poi prenderà la forma del *cesarismo*, ultimo stadio, prima della morte della civiltà e del ritorno a uno stadio primitivo.

Spengler scrive a inizio Novecento e saremmo tentati di dire che fino a un certo punto le sue previsioni si sono avverate: la prima metà del Novecento è segnata dalla Rivoluzione di Ottobre e la conquista del potere dell'Unione

Sovietica su buona parte del pianeta, dal rafforzarsi delle istituzioni democratiche e del potere sempre maggiore dei centri finanziari (la crisi del '29 non sancisce la crisi dell'economia, ma al contrario, con i suoi effetti devastanti dimostra quanto la finanza contasse ormai in un modo impensabile solo pochi decenni prima) e poi su tutto si avventano i 'cesari' del nazi-fascismo, riducendo l'Europa in rovine. Il paesaggio è desolante, la stessa umanità pare distrutta, ma l'Occidente non ritorna a uno stadio primitivo. Anzi, sposta il proprio centro (non più l'Europa occidentale, ma gli Stati Uniti), ma ritorna a crescere e prosperare. Ma oggi i germi del declino paiono essere arrivati a maturazione. Gli attacchi dell'11 settembre 2001, le difficoltà incontrate nelle guerre in Iraq e Afghanistan, la crisi finanziaria ed economica, le divisioni politiche tra gli stati occidentali e all'interno degli stessi, ma anche l'incapacità dell'Occidente, da solo, di affrontare problemi planetari come il riscaldamento globale hanno messo in crisi questa idea trionfale. L'Oriente è destinato a sopravanzare l'Occidente: nel 2030 la Cina supererà gli Stati Uniti e diventerà la prima economia mondiale, nel 2040 il PIL (prodotto interno lordo) dell'India supererà quello dei principali paesi europei messi assieme. Anche il "peso demografico" dell'Occidente è destinato a scendere: nel 1950 Europa Occidentale e Nord America costituivano il 24,4% della popolazione mondiale, nel 2033 costituiranno solo l'11,9%<sup>69</sup>.

Il predominio occidentale sul mondo è pertanto qualcosa di recente e si sta rivelando anche di breve durata. L'Occidente ha già raggiunto e oltrepassato l'apice dal punto di vista economico e geopolitico, il suo predominio sul mondo si avvia al tramonto. Nel mondo che verrà per Kupchan<sup>70</sup> saranno presenti diverse potenze, con una propria cultura bene definita, che interagiranno però in modo continuo e intenso.

<sup>68</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 79.

<sup>69</sup> Raïsson, V., (2012). *Atlante dei futuri del mondo*. Bra: Slow Food Editore.

<sup>70</sup> Kupchan, C.A., (2013). *Nessuno controlla il mondo*. Milano: Il saggiaatore.



Harari invece propone una visione totalmente differente. Per lo storico israeliano, nel corso della storia si è assistito, pur con temporanee inversioni di tendenza, a un'inesorabile tendenza verso l'unità: da culture piccole e piuttosto semplici si sono progressivamente formate culture sempre più grandi e complesse che hanno fagocitato quelle più piccole. Oggi quasi tutta l'umanità condivide un unico sistema geopolitico, economico, legislativo e scientifico. Tutte queste persone discutono e combattono, ma lo fanno usando gli stessi concetti e le stesse armi. La presenza di problemi riguardanti tutto il globo (es. il riscaldamento del pianeta), la perdita di sovranità degli stati nazionali, la presenza di flussi di capitale, lavoro e informazione internazionali fanno ipotizzare la nascita di un unico impero globale, governato da un'élite multi-etnica caratterizzata da cultura e interessi comuni. Questa cultura globale è di matrice europea: oggi la gran parte delle persone nel mondo veste, pensa, vede la politica, la scienza, l'economia, la guerra in modo europeo.

L'espansione e l'imperialismo della civiltà occidentale hanno raggiunto un livello impensabile per Spengler, conquistando l'intero globo. Ma è proprio così? Esiste una sorta di 'pensiero unico', globale, che riguarda la quasi totalità dell'umanità o, come invece ritiene Spengler, gli ideali odierni (ad esempio il femminismo), l'insieme di stimoli, nostalgie e dolori moderni espressi dagli artisti contemporanei, l'arte e la letteratura, valgono solo per gli uomini "cerebrali" delle grandi città?

Per Harari, l'impero tende ad essere universale e inclusivo, a inglobare idee, norme e tradizioni provenienti da diversi fonti e quindi a generare civiltà ibride. Così come l'antico impero romano tendeva ad essere sincretistico, inglobando e facendo sue le religioni, gli usi e le tradizioni dei territori conquistati, oggi il nuovo 'impero occidentale' introduce (e relativizza) nel suo corpo idee, credenze, stili di vita. Nonostante ciò, questo ibrido resta qualcosa di estraneo per i più, tanto da rendere il processo di assimilazione difficile e traumatico, in

quanto comporta la rinuncia a tradizioni locali familiari e amate. Non occorre pensare ai casi più estremi come le violente reazioni dell'estremismo islamico, ma basta pensare – come ci invita Spengler – ai nostri 'provinciali', incapaci di comprendere le tendenze più innovative dell'arte, le idee più complesse e articolate alle quali è arrivato il pensiero occidentale, gli ideali sempre più 'estensivi' e 'comprensivi' (come ad esempio tutta l'attuale discussione sul riconoscimento dei diritti degli omosessuali).

Ma quindi, qual è oggi lo scenario più plausibile? Stiamo 'finalmente' assistendo al declino dell'Occidente a fronte delle nuove potenze asiatiche o a un nuovo ordine mondiale, che come suggerisce Harari, è di matrice fondamentalmente euro-occidentale? E se l'Occidente non stesse affatto tramontando? Nonostante tutto, infatti, l'economia americana e quella europea continuano ad avere un peso significativo e la supremazia militare americana si manterrà intatta nel futuro prossimo.

C'è ancora una domanda più profonda: è realmente possibile prevedere la storia futura? Per Harari la storia non può essere prevista né spiegata in modo deterministico: la storia è caotica, entrano in gioco forze innumerevoli e le loro interazioni sono enormemente complesse, anche variazioni molto piccole possono produrre differenze enormi in termini di risultato. Si tratta inoltre di un caos di secondo livello, che reagisce alle previsioni che lo riguardano ed è pertanto imprevedibile in modo assoluto. Studiare la storia non serve a conoscere il futuro ma a "capire che la nostra situazione immediata presente non deriva da una legge naturale e non è inevitabile, e che di conseguenza abbiamo di fronte a noi molte più possibilità di quanto immaginiamo"<sup>71</sup>. Spengler anticipa le teorie della complessità, ma fino a un certo punto, vede le culture come organismi sistemici, ma non riesce ancora a vedere che, in quanto tali, hanno un comportamento complesso che sfugge a possibilità di

<sup>71</sup> Harari, op. cit., p. 294.



previsioni esatte. Posso prevedere con certezza che una quercia nascerà e morirà, ma sapere quanto diventerà grande, in quale direzione estenderà le proprie radici e le proprie fronde richiede già capacità predittive molto più sofisticate e complesse.

### Il punto di svolta

L'Occidente in tedesco è *Abends-Land*, la terra della sera, che nel nome già porta un destino di tramonto. Non a caso una mitologia occidentale (forse la 'più occidentale' delle mitologie), quella nordica, arriva a pensare non solo la fine del mondo, ma delle stesse divinità, *il crepuscolo degli Dei*. Quindi il destino dell'Occidente è inevitabile? Tanto da essere iscritto nel proprio nome e nelle proprie tradizioni religiose e culturali? Ci sono possibilità alternative?

Per Giegerich tutto ciò che stiamo vivendo – consumismo estremo, degrado ambientale e dei costumi ecc. – non è un errore, ma qualcosa di programmato, al fondo del quale c'è una finalità. Per Capra<sup>72</sup> i periodi di trasformazione culturale sono solitamente preceduti da una serie di indicatori sociali – senso di estraniamento, disgregazione sociale, aumento delle malattie mentali e dei crimini, maggiore interesse per i culti religiosi – che solitamente appaiono pochi decenni prima del momento centrale di trasformazione e aumentano intensità e frequenza all'avvicinarsi di esso per poi diminuire a trasformazione avvenuta. Tali indicatori si presentano anche nella nostra epoca. Anche durante il declino, la creatività non è completamente perduta, grazie all'apparire di minoranze creative in grado di affrontare nuove sfide, nonostante istituzioni sociali dominanti continuino a imporre concezioni ormai sorpassate. Durante la trasformazione la cultura in declino rifiuta di cambiare, ma continua inevitabilmente a decadere, mentre la cultura nascente si propaga fino ad assumere il ruolo di guida, il "punto di svolta".

Lo stesso Spengler non è così pessimista come può sembrare all'apparenza, ha una fede profonda nella cultura occidentale e non crede che lo spirito occidentale abbia

esaurito la sua forza vitale, può ancora riuscire sconfiggere la dittatura del denaro e della tecnica e le ideologie apparentemente opposte del progresso illimitato e del nichilismo. Spengler, inoltre – come giustamente fa notare Zecchi – riabilita i concetti di Simbolo e Destino, derisi e sviliti dalla cultura moderna che ha creduto di poterli sostituire con Segno e Progresso.

Fin dalla nascita, l'uomo è attratto simbolicamente dal mondo, che acquisisce significato solo se lo spazio e il tempo vengono simbolizzati. Attraverso il simbolo conferiamo un significato a ciò che è esterno, e solo la forma simbolica può salvare "il passato dal nulla e trasmetterlo con un significato nel presente"<sup>73</sup>; è un atto creativo e inconscio, estetico e mitopoietico.

Il destino è il tempo della vita, un tempo irreversibile, è necessità organica, è la logica tragica del vivente e dei suoi conflitti, è dolore e amore, è morte e rinascita. Una logica che si contrappone ma, in quanto, appartenente alla stessa anima, in una polarità inestinguibile al tempo reversibile della fisica, alla necessità meccanica, alla logica tecnica del dominio del tutto e della volontà di potenza.

Sarà perciò possibile anche una scienza diversa: l'entropia e gli approcci probabilistici segnano per Spengler l'esaurirsi della forza della fisica occidentale, con queste nuove teorie la fisica torna ad essere goethiana, la conoscenza della natura, nata in contraddizione con la natura e con Dio, completa il suo ciclo e ritorna alle origini. Tutto il sapere della civiltà occidentale finirà per sciogliersi in "un immenso sistema di affinità morfologiche"<sup>74</sup>. Non è sui numeri che si fonda la conoscenza della natura, ma sulla teoria che per Spengler è immagine e visione, La vera scienza non misura, ma anela "a comprendere, penetrare e abbracciare l'immagine cosmica della natura"<sup>75</sup>.

Un altro grande pensatore occidentale, Heidegger, nella sua "Lettera sull'umanismo"

<sup>72</sup> Capra, F., (1984). *Il punto di svolta*. Milano: Feltrinelli.

<sup>73</sup> Zecchi, S., op. cit., p. XX.

<sup>74</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 648.

<sup>75</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 569.



ha così espresso l'importanza e il senso dell'Occidente, un senso che ha un che di sacro ma anche di esistenziale, di profondamente umano. L'Occidente non è da pensare regionalmente nella sua distinzione dall'Oriente, né semplicemente come Europa ma, dal punto di vista della storia del mondo, dalla sua vicinanza all'origine prima. La patria di quest'abitazione storica è la vicinanza dell'Essere. In questa vicinanza, e non altrove, potrà aver luogo anche la decisione se e come Dio e gli dei son venuti a mancare e resta la notte, se e come già albeggia il nuovo giorno del sacro, se e come col sorgere del sacro possano cominciare di nuovo a farsi vedere Dio e gli dei. Alla fine del *Crepuscolo degli dei*, periranno tutti gli dei e i loro avversari, ogni traccia di vita scomparirà in un grande incendio cosmico, e alla fine, la terra sarà inghiottita dall'oceano e il cielo crollerà. Ma non sarà la fine. Emergerà una nuova terra più bella, più verde e più fertile della precedente; sorgerà un nuovo sole più splendente; i figli degli dei morti ritorneranno in cielo e la coppia umana protetta da Yggdrasil – l'Albero Cosmico – farà nascere una nuova umanità<sup>76</sup>; "al crepuscolo dell'epoca scienziata e dell'economia di conquista, il pensiero occidentale, forse stanco della sua lunga violenza, un giorno potrà ritornare nella sua patria spirituale, che è l'anima di Faust, un'anima tedesca, nata nelle terre del gotico e delle nebbie in cui dimorano gli ultimi dei che si sono opposti al Dio cristiano. Da qui nascerà il nuovo"<sup>77</sup>. A questo punto "anche l'alta storia passa ad uno stato di sonno. L'uomo torna ad essere pianta: aderente alla zolla, ottuso, durevole. Il villaggio senza tempo, il contadino eterno riaffiorano, a generare figli e a seminare la Madre Terra, in un pullulare di esseri laboriosi e sobri (...) si prega, si prega con quel potente fervore della seconda religiosità che ha ormai superato per sempre ogni dubbio. Ora, ed ora soltanto, la pace mondiale è divenuta realtà. (...). Essa ha suscitato quella profonda capacità di rassegnazione che l'uomo storico non riesce ad apprendere in tutto il millennio dell'evoluzione delle sue civiltà. Solo con la fine della grande storia

riappare l'essere desto calmo e santo. È uno spettacolo sublime nella sua assenza di ogni scopo: senza scopo e sublime come il corso delle stelle, come le rivoluzioni della terra e l'alternarsi dei mari e dei continenti, dei ghiacci e delle foreste vergini su di essa. Può essere motivo di ammirazione o di pianto – comunque, è in tali termini che si presenterà la realtà"<sup>78</sup>.

## Bibliografia

- Capra, F., (1984). *Il punto di svolta*. Milano: Feltrinelli.
- Eliade, M., (2006). *Storia delle credenze e delle idee religiose*. Milano: BUR.
- Frigoli, D., (2007). *Fondamenti di psicoterapia ecobiopsicologica*. Milano: Armando.
- Frigoli, D., (2013). *La fisica dell'anima*. Bologna: Persiani, p. 176.
- Giegerich, W., (2008). *Alchimia della storia e la morte dell'anima nella civiltà della tecnica*. Milano: Moretti&Vitali.
- Goethe, J.W., (1999). *La metamorfosi delle piante*. Parma: Guanda.
- Gordon, R.A., (2000). *Anoressia e bulimia*. Milano: Cortina.
- Harari, Y.N., (2014). *Da animali a dei. Breve storia dell'umanità*. Milano: Bompiani, p. 52
- Jung, C.G., (1912). *Vie Nuove della Psicologia*. In: *Opere*, Vol. 7, Torino: Bollati Boringhieri, p. 240
- Kupchan, C.A., (2013). *Nessuno controlla il mondo*. Milano: Il sagggiatore
- Pieri, P.F., (1998). *Dizionario Junghiano*. Edizione ridotta. Torino: Bollati Boringhieri.
- Raisson, V., (2012). *Atlante dei futuri del mondo*. Bra: Slow Food Editore.
- Spengler, O., (2008). *Il tramonto dell'Occidente. Lineamenti di una morfologia della storia mondiale*. Milano: Longanesi.
- Toynbee, A.J., (1992). *Il mondo e l'Occidente*. Palermo: Sellerio.
- Zoja, L., (2011). *Paranoia. La follia che fa la storia*. Torino: Bollati Boringhieri.

<sup>76</sup> Eliade, M., (2006). *Storia delle credenze e delle idee religiose*. Milano: BUR.

<sup>77</sup> Zecchi, S., op. cit., p. XXVI.

<sup>78</sup> Spengler, O., (2008), op. cit., p. 1300-1.



## LE PERSONE SAGGE RIFLETTONO AL TRAMONTO:

brevi pensieri su “Occidente: la terra del tramonto” di Dr. M. ARAMINI

Scrive molto lucidamente nel suo articolo in questo stesso numero della rivista Aramini che “L’occidente in tedesco è *Abends-Land*, la terra della sera, che nel nome già porta un destino di tramonto. Non a caso una mitologia occidentale (forse la ‘più occidentale’ delle mitologie), quella nordica, arriva a pensare non solo la fine del mondo, ma delle stesse divinità, *il crepuscolo degli Dei*. Quindi il destino dell’Occidente è inevitabile? Tanto da essere iscritto nel proprio nome e nelle proprie tradizioni religiose e culturali? Ci sono possibilità alternative?”.

In questo passo incisivo un luogo, una terra, una dimensione spaziale riceve un nome, che è il nome di una parte del giorno, la sera, che evoca quindi una dimensione temporale. Spazio e tempo si intersecano, non sono in fondo separabili, e questo vale nel mito come nelle scoperte scientifiche della fisica del Novecento. Ma cos’è la sera? L’ultima parte del giorno, ci viene subito da dire, quella che viene dopo una giornata trascorsa, e in questo senso la sera è una “fine”, una conclusione, metaforicamente una morte, anche il carro del sole chiude il suo percorso, va a riposarsi, e l’astro che dà luce e calore alla vita di tutti scompare fino al mattino dopo.

La sera, il tramonto sono però anche un inizio, stanno sulla soglia della notte, luogo di infinite ambivalenze: la notte è il luogo del riposo, del silenzio, della pace, dello stare in rifugi protetti, del sogno rivelatore, ma anche la dimensione degli incubi, delle paure, delle angosce, dove si può essere attaccati proprio nella propria massima vulnerabilità, quando la coscienza ci abbandona con la nostra possibilità di difenderci. La sera è il luogo dell’intimità profonda, quasi fusionale degli amanti, e l’apice della solitudine per gli uomini e le donne che sono soli. La sera è il

momento dei rimpianti per ciò che si è appena mancato o perduto, del rammarico per gli errori commessi, ma anche il tempo dove si immagina ciò che ci sarà domani, un altro giorno, altre possibilità, il “nuovo”, il riscatto possibile e meritato.

Alla sera, al tramonto, in questo Occidente che è insieme un tempo e un luogo si contempla con matura, talvolta saggia e altre volte disperata e saturnina disperazione ciò che è già avvenuto e non si può cambiare, ma anche ciò che si intravede, si immagina, il “già e non ancora”. Alla sera si è vecchi (e l’Occidente è vecchio, non solo storicamente, ma anche alla luce delle statistiche anagrafiche), ma si è anche giovani, o forse addirittura neonati, o forse ancora di più esseri umani ancora contenuti nell’utero.

Tutto questo è *Abends-Land*, la terra della sera, che nel nome già porta un destino di tramonto. Finirà tutto lì, o al tramonto seguirà una notte e una nuova alba? O forse, come scrisse un noto cantautore italiano, possiamo già *vedere l’alba dentro l’imbrunire*?

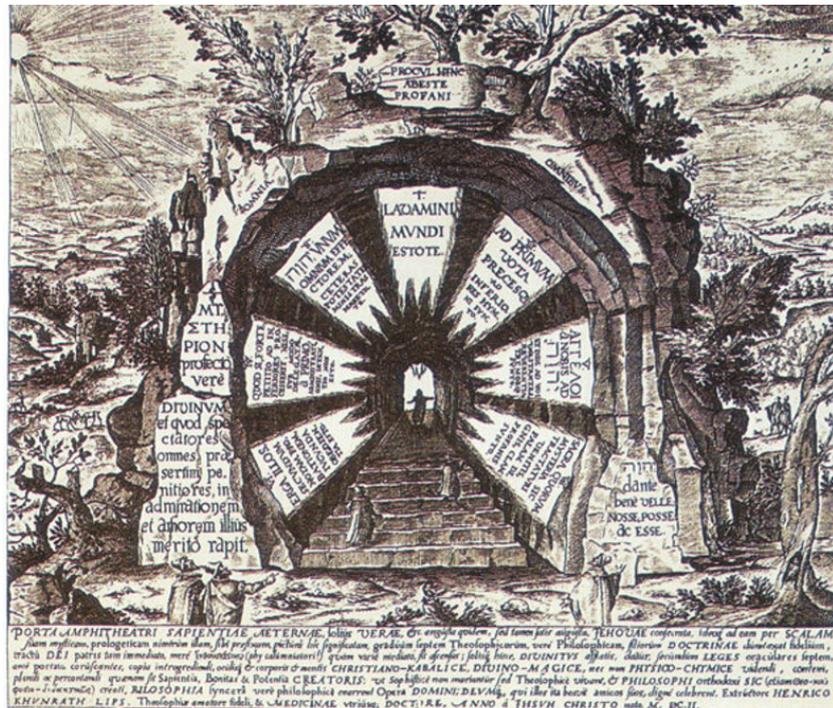
Il lavoro di Aramini è a un tempo incoraggiante e preoccupante, ottimista e pessimista, spinge da un lato all’azione ma fa vibrare anche la tentazione della resa: non può che essere così per chi come ognuno di noi, lo voglia o no, è radicalmente “dentro” il destino dell’Occidente, il nostro occidente.

Dice ancora Aramini: “Gli uomini che si oppongono al destino sono destinati all’insuccesso: è come opporsi al ciclo biologico, al tramonto così come alla vecchiaia non è possibile sottrarsi. L’unica reale possibilità sta nel riconoscimento di questo destino, l’unica azione possibile quella rivolta nella sua direzione, non si può fare altro che volere questa fine, amare questo destino”. Parole che rievocano quelle dette, molti secoli fa,

da Seneca, in un'altra età di "crisi", di svolta e di trasformazione: "Il destino guida chi lo segue e travolge chi si oppone"<sup>1</sup>.

Un destino, quello dell'Occidente e del suo "tramonto", che deve essere ad un tempo compreso, voluto e amato: dove la parola *comprensione* richiama il fondamentale processo di esser coscienti di ciò che accade, quello del volere evoca la *voluntas* antica dell'uomo che proprio perché è consapevole è libero, ed essendo libero può volere. L'uomo che è cosciente e sa volere può anche arrivare ad *amare*, dove con tale termine non intendiamo tanto un amore che possiede ed usa l'oggetto a cui si rivolge, ma l'amore che si esprime come sentimento ed azione di "appartenenza". Non possiamo non amare l'Occidente anche nel suo "tramonto" perché è la nostra casa, ancora di più perché è un corpo collettivo che contiene anche il nostro Sé individuale, a cui siamo indissolubilmente legati. Ogni individuo è parte di una infinita complessità, è in *entanglement* con ciò che lo circonda. Proprio per tale legame complesso non possiamo non amare la terra del tramonto, e non possiamo che esserne *responsabili*. Vorrei richiamare l'attenzione del lettore proprio su questo tema: l'Occidente può fare del suo tramonto il nucleo originario di un'alba creativa se si fa, molto più che in passato, luogo dove i suoi cittadini, le sue istituzioni, i suoi governanti mettono al primo posto una coscienza riflessiva capace di portare ad una radicale, profonda, incarnata (e non solo retoricamente affermata) *assunzione di responsabilità*. Il "vecchio" Occidente, di fronte a popoli che vivono attualmente una sorta di inquieto, fremente, attivissima e spesso irriflessiva "gioinezza" anagrafica, economica, sociale oscilla non raramente fra ingenui sentimenti

di totale accoglienza, paranoiche reazioni di ostile chiusura, sentimenti di narcisistica superiorità alternati a depressivi complessi di inferiorità e di colpa. Nessuna di queste vie è feconda, tutte rischiano di sfociare in una notte senza risveglio.



H. Khunrath, La porta della saggezza eterna in Amphitheatrum Sapientiae, Hanau, 1604

L'uomo occidentale è stato, ed è tuttora, uno straordinario uomo agente, *homo faber*, uomo che fa, che crea, che produce, ed ha tradotto tale sua qualità di soggetto "agens" in uno sviluppo scientifico, tecnologico, economico e produttivo di straordinaria potenza. È nello stesso tempo *homo patiens*, ha subito e subisce, ogni giorno, le conseguenze (e non solo quelle gratificanti) del progresso da lui impresso alla storia: stress psicosomatico, inquinamento, sovr'alimentazione patogena, infinite forme di dipendenza, tutte "malattie" del collettivo che Aramini ha lucidamente illustrato. L'uomo occidentale è anche un uomo capace di parlare, e il parlare si fa narrazione, espressione libera delle opinioni dei singoli e dei soggetti politici e sociali (l'Occidente è anche, non dimentichiamolo, il luogo dove non senza fatica, sangue e dolore si è conquistata,

<sup>1</sup> Seneca, L.A., (2012). *La tranquillità dell'animo*. Milano: Metamorfofi.

più volte persa e più volte riconquistata la libertà di parola!). Questo è il momento che nel nostro Occidente dove si è tanto parlato, scritto, inventato, costruito, prodotto, lottato, conquistato si *sosti un momento*: una sosta feconda, non di disimpegno, ma necessaria per creare quel minimo di sospensione riflessiva, che ci consenta di pensare con la saggezza che spetta ad un vecchio, appunto, "saggio" su come articolare una necessaria, inevitabile *assunzione di responsabilità* di fronte a una società, a una economia, a un mondo globalizzati ancora prevalentemente nell'agire. Non a caso Paul Ricoeur, in sintonia con quanto stiamo dicendo, parlando delle inquietudini dell'uomo occidentale e in particolare europeo, scrisse che "... si dovrebbe più correttamente parlare di: *uomo parlante, uomo agente* (e aggiungerei *uomo sofferente*), *uomo narratore* e personaggio del suo racconto di vita, e infine *uomo responsabile*"<sup>2</sup>. Carico di tanto passato, vecchio ma non troppo, con una psiche gravata ma non schiacciata dalla complessità della sua storia, l'uomo occidentale può ancora guidare, avviare un dialogo con chi sta dentro e fuori dai suoi confini, perché si provi finalmente a "responsabilizzarsi", nel senso di "rispondere" a interrogativi che non possono più essere ignorati, perché riguardano un presente che rischia di ingoiarsi il futuro di tutti: inquinamento, sovrappopolazione, problemi alimentari ed energetici.

Problemi che richiedono una assunzione di responsabilità che deve essere politica, scientifica, tecnica, ma non solo: *l'ecobiopsicologia sostiene che debba essere anche simbolica*. Ogni scelta politica ed economica, ogni intervento tecnico sulla natura, sull'energia, sull'alimentazione, sulle politiche della salute sono atti che modificano il mondo, ognuno di essi è "responsabile" oggi di come sarà il mondo domani, di come sarà lo spazio-tempo che abiteremo noi e chi ci seguirà. L'uomo saggio tiene al mondo in cui vive. Aramini ci ricorda, e vorrei invitare il lettore a non trascurare tale sottile suggerimento,

che il "mondo acquisisce significato solo se lo spazio e il tempo vengono simbolizzati". Cogliamo la saggezza simbolica di queste parole: alle origini del mondo moderno Kant si domandava "Che cosa posso sapere? Che cosa devo fare? Che cosa mi è consentito sperare? Che cosa è l'uomo?"<sup>3</sup>. Oggi, nella contemporaneità del villaggio globale, dove apparentemente tutto è orizzontalmente accessibile, ripartiamo dal dire che l'uomo è attratto dal simbolo, perché lo riconosce fuori di sé, ma soprattutto perché l'ha *dentro* di sé, nel modo in cui lo psicosoma umano è costruito e funziona. Da questa "fatale" attrazione per il simbolo può nascere un conoscere, uno sperare, un fare (anche politico ed economico) "saggio", e quindi radicalmente umano.

<sup>2</sup> Ricoeur, P., (1997). *La persona*. Brescia: Morcelliana

<sup>3</sup> Kant, I., (2004). *Logica*. Bari: Laterza

## LETTURE ECOBIOPSIKOLOGICHE

# CREATIVITÀ

DI GIORGIO CAVALLARI

VIVARIUM

### L'UOMO OLTRE LA CRISI

Quale legame esiste fra il tema della creatività umana e quello che definiremo "processo di umanizzazione"? Umanizzare vuol dire fare emergere quella particolare miscela di passioni, di sollecitudini, di curiosità, di coraggio non privo di paura, di capacità di prendersi cura di se stessi e degli altri, di costruire e di smontare rapporti, oggetti e progetti che rendono tale l'uomo, e meritevole di essere vissuta la vita umana. Scrivere sulla creatività in un periodo che è dominato dalla 'crisi' significa sostenere che in un periodo di gravi difficoltà essere creativi non è una possibilità, ma una necessità. Non si tratta di un discorso consolatorio, ma di un atteggiamento intellettuale alla cui base sta una concezione precisa: crisi può volere dire anche apertura a nuove, e fino ad oggi non pensate, prospettive. La 'crisi' entra negli studi degli psicoterapeuti come fenomeno collettivo che si declina nell'esperienza personale dei singoli casi, ma che sempre di più si colora di elementi sovra individuali: instabilità, precarietà, perdita di sicurezze che si ritenevano acquisite, rarefazione di certezze e di punti di riferimento rassicuranti.

**GIORGIO CAVALLARI**, Analista del Centro Italiano di Psicologia Analitica e dell'International Association for Analytical Psychology. Docente presso il CIPA nella scuola di specializzazione in psicoterapia. Socio fondatore e direttore scientifico di Associazione Nazionale di Ecobiopsicologia, docente presso la scuola di specializzazione in psicoterapia. Docente presso la Scuola di Psicoterapia SPP - Età Evolutiva. Presso La biblioteca di Vivarium ha già pubblicato, nel 2001, L'uomo post-patriarcale: verso una nuova identità maschile; nel 2005, Dal Sé al soggetto. Ha pubblicato, inoltre, La psicosomatica, il significato e il senso della malattia, con D. Frigoli e D. Ottolenghi e La forma, l'immaginario e l'uno, con D. Frigoli, D. Ottolenghi e E. Tortorici. Ha contribuito inoltre ai volumi collettanei Intelligenza analogica, oltre il mito della ragione e Jung Today.



Giorgio Cavallari  
**CREATIVITÀ**  
Vivarium, 2013

# LA FISICA DELL'ANIMA

DI DIEGO FRIGOLI

GRUPPO PERSIANI EDITORE

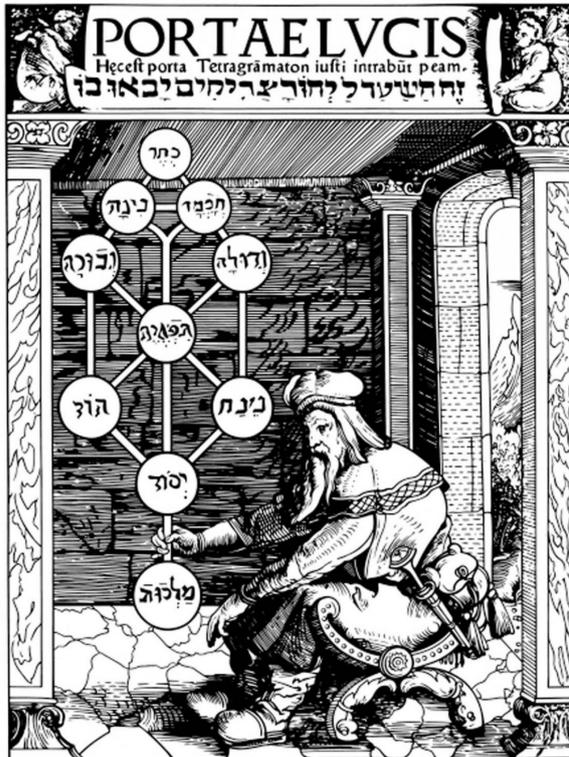
Le recenti acquisizioni della fisica quantistica, con il concetto di *entanglement*, secondo il quale un unico meccanismo fisico-sincronico sembra unire tra loro tutti i fenomeni, dalle particelle elementari della materia alla coscienza, rendendoli partecipi di una sola realtà olografica, stanno aprendo un nuovo approccio di studio alla coscienza, con effetti sconvolgenti per quanto riguarda la pratica della psicoterapia e della medicina. L'approccio ecobiopsicologico all'idea che i fenomeni mentali abbiano un'origine extra cerebrale pone al centro della propria riflessione il metodo analogico-simbolico, il solo strumento conoscitivo in grado di riunire la mente e il corpo dell'uomo, con la sua cultura, la società stessa e la natura. L'esperienza delle immagini così evocate, apre una prospettiva concreta e fruibile a tutti i livelli della dimensione umana, permettendo nel campo psicoterapico di trasformare l'approccio e la cura del paziente nella direzione olistica dell'individuazione.

**DIEGO FRIGOLI**, psichiatra e psicoterapeuta, è Presidente dell'Associazione Nazionale di Ecobiopsicologia e Direttore della Scuola di Specializzazione in psicoterapia Istituto Aneb. Autore e coautore di numerosi libri: Verso la concezione di un Sé psicosomatico (1980), Le metamorfosi della coscienza (1985), Il codice psicosomatico del vivente (1987), Per un'ecologia della medicina (1990), La Forma, l'Immaginario e l'Uno - Saggi sull'analogia e il simbolismo (1993), Il Corpo e l'Anima: itinerari del simbolo - Introduzione all'Ecobiopsicologia (1999), Ecobiopsicologia - Psicosomatica della complessità (2004),



Diego Frigoli  
**LA FISICA DELL'ANIMA**

## 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.<sup>1</sup>*

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

<sup>1</sup> 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, stabili 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.*<sup>2</sup>

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.*<sup>3</sup>

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

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

<sup>3</sup> 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 inespriabile. Lo *hieros gamos* (matrimonio sacro) rappresenta nell'alchimia la conciliazione tra gli opposti che ricostituisce la perduta 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".<sup>4</sup>*

#### Schematizzazione dell'Albero della vita.

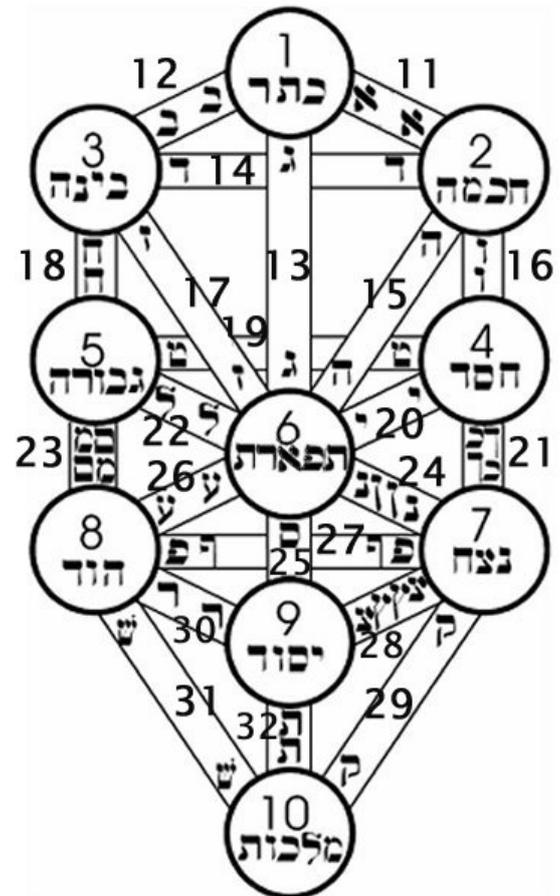
L'Albero della vita contiene dieci *Sephiroth* (undici se si conta anche Da'at, che solitamente non viene rappresentata), collegate tra loro da ventidue sentieri corrispondenti alle ventidue lettere ebraiche, ognuna delle quali ha importanza per la sua forma, il suo significato e il suo valore numerico. Per i cabalisti le *Sephiroth* 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 *Sephiroth* 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 *Sephiroth*, 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 *Sephiroth*. 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 *Sephiroth* possono essere concettualizzate come i contenitori di ognuna delle emanazioni che provengono da *En Soph'or*. L'energia di ognuna di esse di-

<sup>4</sup> 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.

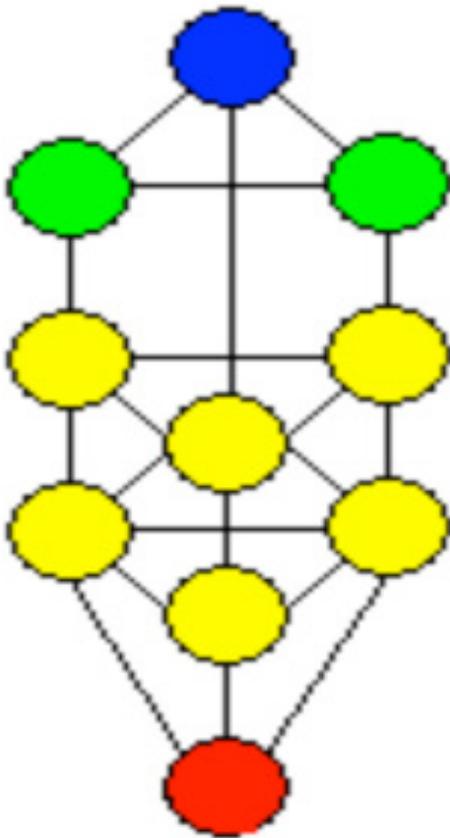
**Macrocosmo e microcosmo.** L'Albero della vita può essere considerato secondo due visioni tra loro analogicamente correlate: quella del macrocosmo e quella del microcosmo poiché gli stessi piani dell'uomo si possono trovare nell'universo e lo stesso vale per i principi che lo regolano. Questa corrispondenza 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.*<sup>5</sup>

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

<sup>5</sup> 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:

*NEPHESH*: corpo fisico. Corrisponde a *Malkuth* (•), l'lo animale, l'lo inferiore attraverso il quale *Ruach*, la mente razionante 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.

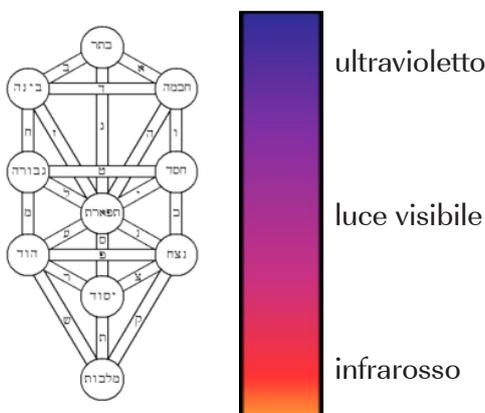
Jung definisce il Sé non solo come il centro della vita psichica, ma anche come l'intero perimetro che abbraccia soma, coscienza, inconscio e lo stesso può valere per le . Come queste il Sé si manifesta spesso in una diade di opposti, luce ed ombra che nello stesso Sé trovano la loro giustificazione.

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.<sup>6</sup>
3. Il Sé rappresenta la totalità delle istanze psichiche relative alla propria persona in contrapposizione alle relazioni d'oggetto.<sup>7</sup>



**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 rischiarerà 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-

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

<sup>7</sup> 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 *Tipareth*, 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 ricrearne 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 Souzenelle<sup>8</sup>, 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,

<sup>8</sup> *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 Souzenelle, 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 psicossomatica della complessità*. Roma: M&B
- Frigoli, D., Cavallari, G., Ottolenghi, D., (2000). *La psicossomatica, 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



AUTORE: Prof. Ezio Albrile - Storico e antropologo delle religioni. Si è occupato in particolare delle interazioni fra mondo iranico ed ellenismo attraverso lo studio di fenomeni dualistici come l'orfismo, lo gnosticismo e il manicheismo. Ha approfondito le origini dello gnosticismo nei suoi legami con la cultura aramaica (mandei), l'ermetismo e l'alchimia alessandrina (edizione del commentario di Olimpiodoro a Zosimo di Panopoli). Più recente ha indagato le persistenze "iraniche" e "gnostiche" nell'arte romanica. Su questi argomenti ha circa 300 titoli pubblicati su riviste scientifiche e di divulgazione, nonché alcuni libri.

## SMARRIRE LA SALVEZZA NELLO ZODIACO

Il Concilio Vaticano II con la riforma liturgica e le nuove teologie secolarizzanti, spazzarono via la pietà popolare delle confraternite e delle feste di paese, con tutto il loro carico emotivo e simbolico: lasciando un vuoto profondo, a mala pena compensato con le ideologie della politica o con i fiori della New Age. Il Papa argentino la vorrebbe ora riproporre. Ma, all'immaginario post-moderno, il mondo del sacro non interessa. Il disincanto esoterico lo conferma. Diviso fra un'essenza che lo lega al mondo e una alterità che lo mette in contatto con il divino, l'uomo non può far altro che tentare incessantemente di ricostituire un'unità a livello psicologico e corporeo, costantemente perduta ogni qualvolta i legami con l'«altro» divino sono interrotti, nel ritorno a una quotidianità mal sopportata.

L'esistenza porta alla luce una rete neuronale di bolle di vita, fuoriuscite dall'interno di una visione determinata e indeterministica. Ricorda il caos narrativo e non lineare di *Ubik* del geniale Ph. K. Dick e il suo bisogno di smascheramento, dato che mondi immaginari e reali si imbroglano e si mescolano a guisa di cosmogoniche gnosi. L'interdipendenza delle biografie e delle epoche, replica specularmente la rete di Indra e quella del Web. Dentro le cui maglie l'uomo cade fatalmente. È la domanda sul fantasma del Sé. Cosa rende i soggetti di un certo tipo così come sono, è dato da una serie di incontri fortuiti con dei saperi in cui transitano figure di verità. L'essere soggetti a qualcosa, piuttosto che esserne padroni, li trasforma in supporti transitori di verità, che rimandano ad altri, ma che si scambiano per propri. Ciò porta a riconoscere la coincidenza tra saperi e autobiografia. Di necessità frammentata e disseminata nelle citazioni d'uso, tra libri e articoli, a loro volta dispersi: ognuno connesso con un incontro.

### I. MEMORIE ASTRALI

Se prendi un'antologia di mistici ebrei nel Medioevo, non trovi mai autobiografie. Ad emergere non è mai l'io narrante, perché quel che interessa non è l'esperienza personale, ma il senso vero di ciò che si riceve dalla tradizione. Semmai ad emergere è quel fondo archetipico rappresentato dalla totalità della storia biblica. La realtà interiore che si cerca è un'altra, mai ancorata ad una scelta soggettiva. Anche nei sogni notturni, cabalistici, non si danno diari, ma si attraversano palazzi e dimore appartenenti a una memoria collettiva, che aiuta a ritrovare la verità, il criterio trascendente del vero. L'esoterismo non è una forma di misticismo esperienziale. La New Age non è l'esoterismo che scruta le Scritture e che con il medesimo spirito, nella tarda modernità, scruterà i testi cifrati dei classici, continuando a costruire una Tradizione che non è a monte, ma a valle. Scritture, riletture, visioni e palazzi della memoria. Diverse da quei mescolamenti odierni, praticate da tante comunità religiose nuove, a loro modo necessari per sopravvivere alle dissonanze cognitive dell'oggi. La memoria dell'antico andrebbe quindi rivissuta all'interno dei monumenti della propria fede, il cristianesimo. Dunque, la tarda-modernità andrebbe capita con il Medioevo.

Unicorni, grifoni e altri animali fantastici sono offerti alla meraviglia nelle chiese medievali. Sono luoghi in cui i devoti posso trovare le cose curiose e rare che le loro magioni non hanno, che rimandano a bestie favolose o remote; e trarne, se non un insegnamento, almeno meraviglia. Ancora, sono allineati dentro o nel perimetro della chiesa, o addirittura murati, materiali antichi; le più antiche basiliche o cripte sono spesso foggiate con materiali di riuso: sarcofagi, capitelli, archi-

travi, teste e busti romani si confondono con le mura e le colonne. Riemergono forme e contenuti della religione antica, «pagana», la religione del *pagus*, del villaggio restio ad integrare la sua devozione con i modi dell'*Urbe*, ormai allineata in un credo universale e «politico».

La chiesa diventa così un luogo di raccolta dello scibile umano, è un microcosmo che riscrive nel suo spazio limitato la molteplicità e la ricchezza del mondo: i simboli e la storia delle religiosità «sconfitte» sono riscritti nel quadro della storia cristiana. La porta della chiesa è quindi in pari tempo *ianua coeli* e *ianua inferi*: l'architrave, il timpano e talora un più complesso protiro sono spesso organizzati intorno a questa idea centrale; ma ciò che sta «fuori» è anche l'arcaico, la religione antica con le sue inquietanti figurazioni simboliche. Quindi se la porta è Cristo (*Giov.* 10, 9), all'esterno si aggirano le forze che gli sono ostili: draghi, sirene e altri animali fantastici che evocano l'eterna lotta fra la luce e le tenebre.

«Oroscopo»: questo termine deriva dal greco *hōroskopos* «che scruta il tempo», o «che osserva l'ascendente», o più semplicemente «ascendente», il punto in cui una determinata stella sorge all'orizzonte in un momento specifico, generalmente alla nascita, con l'intento di stilare una mappa o cosmogramma delle influenze celesti (positive, negative o di altra natura) che si presume agiscano in quella frazione di tempo.

La stessa nascita del Salvatore Gesù registrata nel *Vangelo di Matteo*, può essere considerata un «oroscopo». I Magi che giunsero dall'Oriente per rendere omaggio al bambino videro una Stella *en tē anadolē* «in levare». Ciò fa pensare a una indicazione della posizione dell'astro, oppure di una costellazione, che aveva iniziato il suo levare eliacco, cioè in concomitanza con il sorgere del Sole, ma fors'anche in concomitanza con il sorgere di una stella mattutina. La Stella sarebbe sorta in un cielo particolare, forse al Solstizio. Un astro che, in piena sintonia con le attese messianiche del tempo, si levava in cielo al nascere di un Signore del Mondo e ne rappresentava l'«oroscopo».

Elemento fondamentale dell'oroscopo è il «grado», la *moira*, cioè l'ampiezza angolare dell'arco dello Zodiaco visibile sull'orizzonte orientale in un determinato momento. Lo Zodiaco è una fascia obliqua rispetto al piano dell'eclittica, lungo la quale si compie il cammino apparente del Sole circondato dai Pianeti. Esso nell'astrologia classica era diviso in dodici sezioni, larghe trenta gradi ciascuna, le quali corrispondevano ai cosiddetti «segni» zodiacali. Il termine greco *zōdiakos*, deriva infatti da *zōdion*, diminutivo di *zōon*, «animale»; *zōdion* significa letteralmente «animaletto», ma anche «figurina che rappresenta un animaletto». Quindi *zōdiakos*, cui si sottintende il *kyklos*, «cerchio, ruota», sarebbe il «circolo delle figure animali», con esplicito riferimento a quelle costellazioni la cui forma suggerisce l'immagine di un animale e che nel contesto dello Zodiaco sono da ritenersi la maggioranza. La nascita e lo sviluppo dell'idea di Zodiaco sono all'origine di una vivace discussione: oggi vi è un consenso pressoché unanime nel ritenerli frutto dell'astromantica babilonese. Attorno all'epoca di Sennacherib (687 a.C.), si sarebbero fissati nella scienza astrologica mesopotamica dei «sentieri» (*harrānu*) percorsi dalle stelle e collegati rispettivamente agli dèi Enlil, Anu ed Ea, secondo una configurazione mitologica legata alla creazione del mondo. L'ultimo di essi comprendeva un «percorso», seguito dai Pianeti, dal Sole e dalla Luna, attraverso 15 costellazioni. Lo schema attuale delle 12 costellazioni, risalente forse al V sec. a.C., si rifarebbe a questo modello e avrebbe il suo pieno sviluppo in epoca seleucide. Il modello babilonese, armonizzato secondo i canoni della mitologia greca, è quindi alla base dello Zodiaco che oggi conosciamo.

## II. LA PORTA DEL CIELO

C'è un magnifico esempio plastico di questa disciplina arcana in Piemonte, in Val di Susa, alla Sacra di San Michele, detta anche Abbazia di San Michele della Chiusa, capolavoro dell'architettura romanica, inespugnabile cenobio scavato parzialmente nella nuda roccia. A una prima fondazione, in un periodo compreso verisimilmente tra il 1110

e il 1148, si procedette alla costruzione di quello che ancora oggi è l'imponente basamento della chiesa, organizzato attorno a un possente pilastro quadrato centrale e al cosiddetto «Scalone dei Morti», intagliato parzialmente nella roccia. Al culmine di esso si trova il Portale detto dello Zodiaco, un dedalo iconografico in cui le raffigurazioni zodiacali non sono che un elemento. L'originaria collocazione, e cioè funzione, del Portale è dubbia. Oggi essa costituisce un transito intermedio prima dell'ingresso vero e proprio nella chiesa.

Le lesene interne degli stipiti, su cui sono raffigurati a destra i segni zodiacali e a sinistra diciannove costellazioni, rimangono nell'ombra: la loro osservazione è quindi resa più difficoltosa dalla collocazione in controluce. Gli elementi scultorei del Portale, soprattutto quelli di natura propriamente astrologica e astronomica, si mostrano intaccati da abrasioni e lesioni di vario tipo, segno di una prolungata esposizione alle intemperie e di un intervento di maestranze che, forse già nel XII secolo, smontarono e rimontarono il manufatto.

I pezzi, di marmo bianco, forse di provenienza locale, sono lavorati con estrema cura e quasi tutti corredati da testi epigrafici. Questi ci trasmettono il nome dello scultore, un *Nicholaus* o Nicolò riconosciuto come l'autore di importanti complessi scultorei e architettonici a Piacenza, Modena, Ferrara e Verona. La cronologia delle opere certe di Nicolò oscilla tra il 1114 e il 1140 ca.: entro tale segmento di tempo rientra quindi anche la datazione del Portale dello Zodiaco.

Nicolò è uno scultore prolifico e itinerante, la costante dipendenza da committenti ecclesiastici o sotto il controllo di membri del clero, non lo esime di farsi portavoce di una memoria arcaica, di segni e simboli che vanno ben aldilà del credo ortodosso; interpreta con grande abilità attingendo a un'ampia varietà di modelli, di origine classica, bizantina e islamica presi a prestito probabilmente da ceramiche, tessuti o avori d'importazione. I grandi mercati italiani di tali prodotti orientali erano Napoli, Amalfi e le città minori della penisola sorrentina. Amalfi in particolare era

la grande potenza commerciale che percorse Venezia in tutti gli scali del Levante. I mercanti amalfitani commerciavano con gli Arabi di Taranto e con quelli di Sicilia e spartivano coi Veneti l'importazione delle stoffe da Bi-



Centauro

sanio. Con le merci, migravano i simboli. La formazione di Nicolò è all'interno della bottega di Wiligelmo, altro grande maestro scultore. A partire dal 1120 lavora a Verona nell'ampliamento dell'importante chiesa di



Deltoton

pellegrinaggio di San Zeno, anche lì lascia una indelebile traccia del suo genio scultoreo in cui fonde temi religiosi e astrologico-ermetici con eventi contemporanei come le crociate e la nascita dell'autonomia comunale, dando vita a complessi programmi iconografici che non hanno precedenti in area italica.



Nicolò ebbe in gran parte quali committenti gli alleati del Papa. Alla Sacra di S. Michele, luogo di pellegrinaggio inizialmente legato al clero cluniacense e di stretta obbedienza papale, le costellazioni del Portale dello Zodiaco, se da un lato evocano le placchette eburnee della *Cathedra Petri* a San Pietro in Vaticano, da un altro fanno riemergere una conoscenza, quella nella disciplina astrologica, che il credo cristiano aveva repentinamente soffocato.

È la cifra distintiva di Nicolò: obbediente alle forme esteriori, ma scisso internamente nella ricerca di temi e valori arcaici. La cura, la maestria con cui lo scultore intaglia il marmo come avorio, incidendovi figurazioni e intrecci fantastici desunti anche dal ricco repertorio della plastica eburnea e della miniatura, hanno un appropriato complemento nella grande qualità, grafica e testuale, delle epigrafi di corredo. In esse si individuano tre principali ordini: didascalie alle immagini; iscrizioni di commento o moraleggianti; iscrizioni relative alle sculture e al loro autore.

Una «didascalia» si trova, isolata, sulla base con i leoni, lavorata su due facce, ognuna delle quali riporta l'iscrizione LEO. Mentre una ben più cospicua serie di didascalie è apposta sulle lesene degli stipiti. Quella interna di destra accoglie, in dodici clipei formati da un intreccio vegetale, i dodici segni dello Zodiaco. Il primo clipeo in alto è però riempito con un motivo floreale: non a caso, poiché, come vedremo, questo motivo designa l'equinozio di primavera, cioè il rinascere e il rifiorire della natura a nuova vita, punto di partenza del nostro Zodiaco. Altra apparente anomalia è la presenza, in uno stesso clipeo, della Bilancia e dello Scorpione. A un'attenta osservazione si noterà, però, come la Bilancia sia rappresentata come le chele dello Scorpione: nella disciplina astrologica antica la porzione di cielo occupata dal segno della Bilancia infatti erano le *Chēlai* (lat. *Chelae*) dello Scorpione (Arat. *Phaen.* 89; 232; Hyg. *Astr.* 2, 26; 4, 5).

La successione delle figure procede dall'alto verso il basso, mentre il senso di lettura delle iscrizioni, incise sulla cornice sinistra dello stipite, è inverso:

AQUARIUS  
PISCES  
TAURUS  
GEMINI  
CANCER  
LEO  
VIRGO  
LIBRA  
SCORPIUS  
SAGITARIUS  
CHAPRICORN[U]S

Si noterà, nella serie, l'assenza dell'Ariete (= *Aries*): non a caso, perché l'equinozio di primavera cade proprio sotto questo segno. Si tratta del punto vernale o punto dell'Ariete (= punto *gamma*), poiché in corrispondenza dell'equinozio di primavera il Sole si trovava nella costellazione dell'Ariete. Oggi, per il fenomeno della precessione degli equinozi, il punto *gamma* si è spostato nella costellazione dei Pesci (anche se si continua a celebrare l'equinozio il 21 marzo).

Lo stipite di sinistra accoglie sulla lesena interna, in dodici riquadri formati da una treccia, le raffigurazioni di diciannove costellazioni: sei dell'emisfero boreale nella porzione superiore (fino al Triangolo compreso), tredici di quello australe nell'inferiore. Sono identificate quasi tutte dalle iscrizioni sulla cornice destra della lesena (anche qui il senso di lettura delle immagini è inverso rispetto a quello delle didascalie).

Difficoltà di identificazione riguardano la costellazione perduta, al sommo dello stipite. Una felice intuizione e l'aiuto dei preziosi calchi in gesso rinvenuti nel sottotetto della chiesa hanno permesso a Saverio Lo Martire di riconoscere nel frammento di lesena sopravvissuto la costellazione dell'Auriga = *Heniochus*.

Congettura riaffermata da un confronto con la possibile fonte codicologica. Il modello iconografico per lo Zodiaco e le costellazioni del Portale potrebbe infatti essere stato, per le immagini e le didascalie, un codice illustrato di argomento astronomico, di cui la ricca biblioteca del monastero, oggi purtroppo dispersa, doveva certo essere fornita.

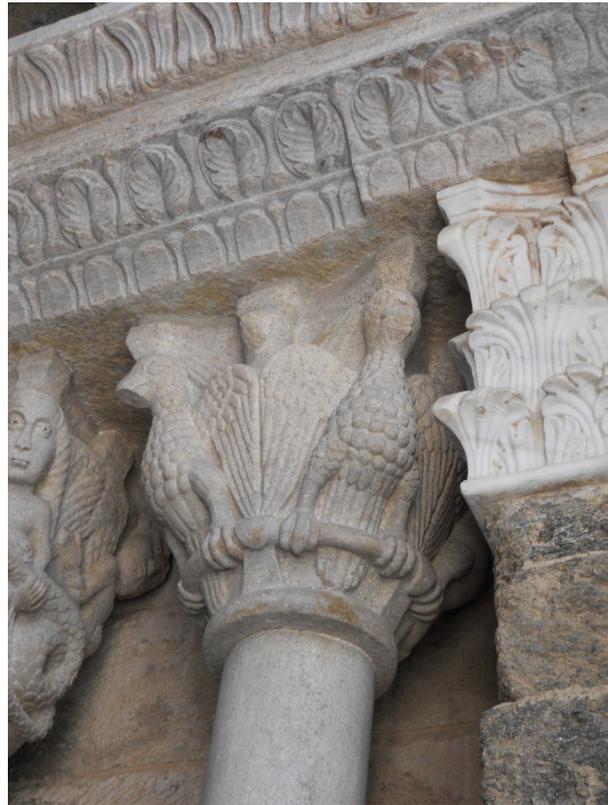
Un problema particolare è rappresentato dal rapporto fra una delle raffigurazioni e l'iscri-

zione che l'accompagna. Tra le costellazioni australi compare la Nave: solo metà dello scafo, vele spiegate, timone, polena a protome animale, secondo l'iconografia consueta; la didascalia di corredo, in luogo dei consueti *Navis* o *Argo*, è *Pistrix*, cioè, propriamente, la Balena, la quale però è raffigurata più sotto col nome *Cetus*. È stato però rilevato che *Pistrix*, *Pistris*, o *Pristis* era denominata nel mondo antico un particolare tipo di nave da guerra piccola e veloce. Quindi la sequenza degli asterismi può essere ricostruita come segue:

- [HENIOCHUS] = Auriga
- A[QUILA] = Aquila
- DELFINUS = Delfino
- PEGASUS = Pegaso
- DELTOTON = Triangolo
- ORION = Orione
- LEPUS = Lepre
- CANIS = Sirio/*α Canis majoris*
- ANTICANIS = Procione/*Canis minor*
- PISTRIX = Nave/*Argo navis*
- ERIDANUS = Eridano
- CENTAURUS = Centauro australe
- CETUS = Balena o Mostro marino
- NOTHIUS = Pesce australe/*Piscis australis*/*Fomalhaut*
- ARA = Altare
- HYDRA = Idra

Si tratta dei *paranatellonta*, l'insieme delle stelle che sorgono o cominciano a sorgere in corrispondenza di precisi gradi dello Zodiaco. Basandosi sulla divisione dell'eclittica negli asterismi noti a Cleostrato, Eudosso di Cnido, verso il 375 a.C., ne trasferiva la rappresentazione su di una sfera zodiacale, fissandone il principio, cioè l'equinozio di primavera (punto vernale), al 15° dell'Ariete, nozione fatta propria da Arato. Secondo i *Fenomeni*, opera perduta di Eudosso, il sorgere della costellazione dell'Auriga in corrispondenza della levata del 15° dell'Ariete segna l'inizio del ciclo zodiacale. Notizia confermata nei *Paranatellonta* di Teucro di Babilonia e ripresa da Manilio (*Astr.* 5, 67-68).

Gran parte delle conoscenze astrologiche passarono nell'Occidente latino attraverso la mediazione dell'*Introductorium maius ad astrologiam* (= *Kitāb al-madkhal al-kabīr*



Portale dello Zodiaco capitello con aquile

'*alā 'ilm aḥkām al-nujūm*) di Abū Ma'shar, meglio noto come Albumasar, scritto a Bagdad nell'848 e tradotto in latino prima da Giovanni di Siviglia, nel 1133, e in seguito da Ermanno di Carinzia, nel 1140. L'*Introduc-*



Eridano

*torium maius* è un compendio di disciplina astrologica che lo stesso Abū Ma'shar probabilmente ricavò da una traduzione pahlavi degli scritti di Teucro di Babilonia (I secolo a.C.), nei quali era inclusa una versione del *Bṛhajjataka* di *Varāhamihira*, astrologo e astronomo indiano vissuto a Ujjani, presso la corte di Vikramaditya. La prima opera di astrologia occidentale venne tradotta in sanscrito attorno al 149-150 d. C., si trattava dei *Yavanajātaka* di Sphujidhvaja. Verisimilmente, le dottrine astrologiche dalla Grecia erano passate al mondo indo-iranico e da lì erano ritornate in Occidente. Iranismi noti al mondo medievale, se pensiamo ad esempio al *Liber Aristotilis*, un compendio astrologico composto da Ugo di Santalla nel XII secolo. Nel testo è raccolto un testo cosmologico in pahlavi (la lingua dei testi zoroastriani) tradotto in arabo da Māšā'Allāh (Bassora 740-815 ca.); esso non solo conserva il lessico iranico nei nomi di alcune stelle, ma ne precisa l'identità astronomica. La stella Sanduol di cui leggiamo nel terzo libro è la resa latina di un'imprecisa trascrizione araba del pahlavi *Sadwēs*, a sua volta derivato dall'avestico *Satavaēsa* - cioè  $\alpha$  *Piscis Austrini* = Fomalhaut, l'astro posto a tutela del quadrante Sud del cielo zoroastriano.

La presenza dell'Auriga (HENIOCHUS) alla sommità delle costellazioni extrazodiacali nella lesena del nostro Portale si spiega con questa circostanza. Inoltre la rappresentazione del Leone (LEO) alla base dello stipite allude, anche in questo caso, alla collocazione dell'Auriga in quel segno e alla culminazione della costellazione canonica.

Altra costellazione rilevante è Orione, una delle più antiche, nonché una delle più visibili anche da occhi non esperti in cose astronomiche. L'*Odissea* (11, 572-575) descrive Orione come un gigantesco cacciatore, armato di un bastone indistruttibile di duro bronzo. In cielo i cani del cacciatore ( $\alpha$  *Canis majoris* e *Canis minor*) lo seguono dappresso, braccando la Lepre (Arat. *Phaen.* 640; Hyg. *Astr.* 3, 33). È stato sottolineato come la funzione egemone di Orione, condottiero e corifeo delle costellazioni celesti (*hoc duce per totum decurrunt sidera mundum*: Manil.

*Astr.* 1, 395), anticipi quella di un'importante figura religiosa del tardo ellenismo, Mithra, il fortissimo dio le cui origini si ritrovano nel più vetusto pantheon indo iranico. Nella diaspora persiana seguita alla caduta dell'impero achemenide a causa della vittoriosa invasione di Alessandro Magno, il culto dell'iranico Mithra, trapiantato in Asia Minore, assunse i lineamenti di una religione misterica, una religione di salvezza che prometteva un destino migliore nell'altra vita, dando all'uomo la speranza di poter ascendere, dopo la morte, attraverso le sfere celesti. Questa religione, tra il I ed il III sec. d.C., si diffuse capillarmente nell'impero romano. Quale propaggine occidentale di un arcaico culto iranico, il mithraismo subì però una trasformazione radicale, smarrendo l'originaria fisionomia iranica per assumere i modi e gli stili tipici dell'ellenismo.

Tra i numerosi problemi esegetici e iconologici sollevati dalla «reinvenzione» del culto di Mithra, c'è la sua dimensione astronomica e astrologica. Secondo Porfirio (*De antr.* 24), Mithra, come Orione, trova posto agli equinozi; tiene nelle mani il pugnale di Ariete, segno di Ares e cavalca il Toro di Afrodite. Poiché Mithra, come il Toro, è demiurgo e «padrone della generazione» (*geneseōs despotēs*), è collocato nel cerchio equinoziale tra Ariete e Bilancia, avendo alla sua destra le regioni settentrionali e alla sua sinistra quelle meridionali, rispetto alla linea degli equinozi.

La descrizione di Mithra agli equinozi fonde dati astrologici e iconografici, adattando un preesistente culto astrale di Orione. La fascia zodiacale con al centro Ariete e Bilancia è presente in numerosi rilievi, a rappresentare la volta celeste, la cornice cosmica in cui si svolge l'impresa demiurgica del dio, la tau-roctonia; qui evocata pure dal fatto che il dio «cavalca il Toro», la costellazione accanto, simbolo del potere creatore vivificante e generatore esercitato sul mondo.

La fascia zodiacale, che inquadra Mithra tau-roctono, comincia quasi sempre con l'Ariete, posto a sinistra o a destra del dio: tale dato iconografico evidenzia come la nascita e l'animazione del mondo coincidano con l'equinozio di primavera, cioè con il sorgere



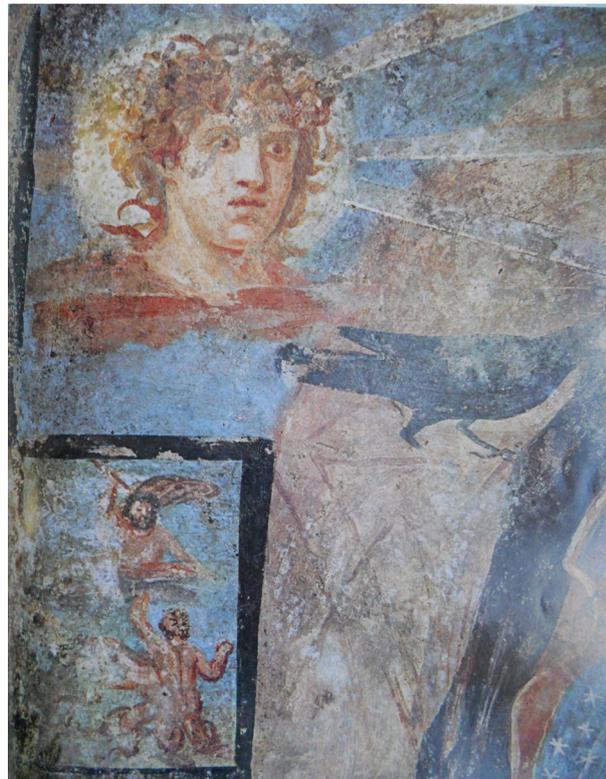
eliaco dell'Ariete. A questo allude la posizione equinoziale e mediana di Mithra, intermedio tra cielo e terra, ombra e luce, livello ctonio e livello divino. La nascita primaverile del mondo implica anche l'idea del suo rinnovarsi alla fine del Grande Anno cosmico, a primavera: esso risorgerà quando il Sole sarà tornato al suo posto originario, quando il giorno e la notte saranno uguali e la vita ritornerà nel mondo della natura.

Un altro gruppo di figurazioni appare, sempre sugli stipiti del Portale, nelle lesene di destra e di sinistra. In basso, dalla bocca di due volti mostruosi, immagini del Tempo nel suo fluire inesorabile, fuoriescono tralci o girali vegetali nelle cui volute sono intrecciate figure umane, ferine o di animali immaginari. Sul bordo della lesena di destra corrono scritte che attestano nello scultore Nicolò la consapevolezza del valore della propria opera, mentre in quella di sinistra è l'invito a osservare con attenzione e ripetutamente le sculture: HOC OPUS ORTATUR SEPIUS UT ASPICIATUR. Quasi in esse fosse celato un arcano immemore.

Una delle chiavi di lettura del Portale è forse scolpita nelle figurazioni della lesena di destra, in cui si scorgono, in successione dall'alto verso il basso, un'Aquila, un Uomo nudo a cavalcioni, e una Lepre. Da quanto detto, è facile scorgere nell'Uomo Orione/Mithra a cavallo degli equinozi, nell'Aquila la costellazione che lo precede e nella Lepre l'onnipresente animale cacciato. Se Orione può essere inteso come precursore di un Mithra reinventato in ambito ellenistico, è fuor di dubbio come quest'ultimo abbia fatto propri i tratti guerrieri e apotropaici di un Orione che, al centro degli equinozi, ordina e governa le costellazioni. Implicita nella figura di Orione/Mithra è la funzione di una divinità astrale la cui forza bellica è posta a difesa della sfera celeste contro le potenze disaggreganti e infere. Nel cristianesimo, questa funzione si comunicherà all'arcangelo Michele, eroe eponimo dell'Abbazia della Sacra e figura al crocevia tra l'antica religione e il verbo salvifico insegnato da Gesù.

Difensore dell'ecumene, capo della *militia Christi*, iconograficamente effigiato nell'at-

to di trafiggere il demonio in sembianze di drago, San Michele trae non poche singolarità dall'antico dio Mithra. Chiunque si rechi sull'imprendibile picco su cui si erge la Sacra di San Michele può rendersi conto in prima



Mithraeum di Marino - Sol

persona del valore simbolico del luogo. Il suggestivo panorama che si gode dalla cima offre l'idea di un'egemonia sullo spazio circostante. La stessa collocazione dell'Abbazia sul monte Pirchiriano, sperone di roccia proteso all'ingresso della Val di Susa, ne fa un vero avamposto contro chi voglia scendere verso la grande Pianura Padana. «Chiusa» – da cui il nome originario dell'Abbazia – è infatti detta la strettoia che il Pirchiriano forma con il monte Caprasio che gli è di fronte, dall'altra parte della valle. Punto strategico singolarissimo ove, nel 773, due secoli prima del sorgere della Sacra, l'esercito di Carlo Magno inflisse una sconfitta memorabile ai Longobardi, aggirati alle spalle per gli impervi cammini del monte. È l'episodio rievocato, secoli più tardi, dal Manzoni nell'*Adelchi*. Tutti elementi topografici (e in parte geopolitici) che configurano l'Abbazia e il suo nume, l'arcangelo Michele, quali difensori di un territorio cosmicizzato. A un'attenta os-



servazione, le costellazioni extrazodiacali del Portale, riconosciute nei *paranatellonta*, appartengono tutte alla fascia più esterna della sfera celeste. Rispetto alla Sacra, sembrano circondare, dominare tutt'attorno la linea dell'orizzonte: al centro l'arcangelo Michele ha preso il posto di Orione/Mithra nella fascia equinoziale, sedici costellazioni ripartite per quattro quadranti, cioè quattro costellazioni per ogni quadrante. Quest'organizzazione del firmamento è tipica della cultura originaria dei misteri di Mithra, cioè quella iranica. In essa la volta celeste si configura come uno spazio in cui è in atto una guerra fra astri buoni e astri cattivi, in cui specifiche costellazioni difendono il cielo dagli attacchi delle creazioni ahrimaniche, diaboliche.

### III. CORPI ASTRALI

Le interazioni tra Zodiaco, corpo e anima umana sono scrutate dalla *melothesia*, cioè la disciplina che mette in relazione i singoli organi o parti con i relativi segni. Il suo fondamento sembrerebbe rintracciabile in alcuni passi del *Timeo* platonico, là dove il Demiurgo affida ai *neoi theoi*, i «nuovi dèi», il compito di plasmare i corpi e le parti mortali dell'anima. I *neoi theoi* sono gli dèi della religione popolare e sono i *paides*, i «figli» che imitando l'opera del Padre e Demiurgo fabbricano un corpo umano immerso in un flusso emozionale (42 b-d). Questi nuovi dèi «di cui possiamo osservare le evoluzioni (*peripolousin phanerōs*)» e che «si rendono visibili solo quando vogliono», corrispondono ai sette pianeti dell'astrologia classica (Sole e Luna inclusi). Sono questi, come gli Arconti dei miti gnostici, a plasmare l'anima mortale, un misto di passioni, irrazionalità e desiderio (69 c-d).

Secondo Platone, l'antropogonia è un susseguirsi di creazioni che si sovrappongono l'una all'altra: midollo, ossa, nervi, carne, pelle, capelli e unghie (73 b-76 e). Primo fra tutti è il midollo, punto di raccordo fra anima e corpo (73 b): l'anima infatti appare avvolta al midollo come un serpente attorcigliato attorno al caduceo (73 c). Il midollo è il «seme di tutto» (*panspermia*) distinto in due principali parti: una sferica chiamata «cervello» e una serie di parti tonde e allungate chiamate

genericamente «midollo». La parte immortale dell'anima è legata al cervello, mentre quella mortale al resto del midollo, l'intero corpo è organizzato attorno ad esso (73 d). Secondo il mito gnostico raccontato nell'*Apokryphon Johannis*, i sette Arconti decidono di creare l'uomo nel momento in cui vedono l'immagine dell'*Anthrōpos* celeste rifrangersi nelle acque del Caos. L'antropogonia è portata a termine dall'aspetto femminile di ogni Arconte, ognuno di essi crea una parte del corpo psichico, invisibile, dell'uomo, cioè un'anima di ossa, di nervi, di carne, di midollo (fondamento del corpo), di sangue, di pelle e di capelli. Alcune *melothesia* si ritrovano anche in testi zoroastriani, a dimostrare le interazioni tra platonismo, gnosticismo e religione dell'Iran preislamico. In essi l'utero corrisponderebbe a *Spandarmad* (= Terra), il rene ad *Haftōring* (= Ursa Major) e così via, sino al cuore, che corrisponderebbe agli *atāššān*, i «fuochi» del culto zoroastriano.

Il punto fatale della vita, s'è detto, è il punto dello Zodiaco che emerge, «ascende» all'orizzonte orientale al momento della nascita, è l'*hōroskopos*, «che scruta il tempo». Ora, la fascia zodiacale con le sue costellazioni si muove assieme al cielo intero attorno alla Terra. Questo nel sistema di Tolomeo. Corrispondente alla fascia zodiacale, si figura un cerchio ideale immoto, come è immota la Terra, e all'interno del quale tutto il cielo reale si muove. Tale cerchio è suddiviso in 12 luoghi, cioè in 12 situazioni spaziali o «case», dotate, secondo gli astrologi, di una natura tale che, quando un astro si trova in esse la sua virtù ne viene irrimediabilmente mutata. Il punto di partenza della vita umana è anche detto *topos aphetikos*, «luogo che lascia partire», *locus dimittens*. La vita, muovendo dal luogo afetico, corre pericolo quando nell'eclittica giunge a un luogo *interimens*, un *topos anairetikos*, un «luogo distruttivo». I gradi dell'equatore celeste corrispondenti all'intervallo fra il luogo afetico e l'aneretico, convertiti in anni, danno la lunghezza della vita...

L'autore ringrazia il prof. Giancarlo Mantovani per i preziosi consigli e l'aiuto nella redazione del testo.

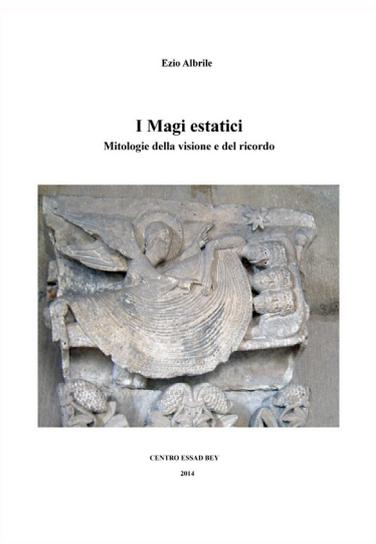


## Bibliografia

- Albrile, E., (2012). *Lo Zodiaco alla Sacra di San Michele*. in *MHNH*, 12, pp. 151-178.
- Barnstone, W., Meyer, M., (2003). *The Gnostic Bible*. Shambhala: Boston
- Beck, R., (1984). *Mithraism since Franz Cumont*. *ANRW*, II.17.4, pp. 2002-2115. Berlin
- Beck, R., (1988). *Planetary Gods and Planetary Orders in the Mysteries of Mithras* (EPRO, 109). Leiden
- Boll, F., (1903). *Sphaera. Neue griechische Texte und Untersuchungen zur Geschichte der Sternbilder*. Leipzig.
- Bouché-Leclercq, A., (1899). *L'astrologie grècque*. Paris 1899.
- Brunner, C.J., (1989). *Astrology and Astronomy II. In the Sasanian Period*. Yarshater (ed.), *Encyclopaedia Iranica*, II, London-New York 1989, pp. 865 b-866 a.
- Bussagli, M., (1985). *I Re Magi. Realtà storica e tradizione magica*. Milano: Rusconi
- Campbell, L.A., (1968). *Mithraic Iconography and Ideology* (EPRO, 11), Leiden 1968.
- Chierici, S., Citi, D., (1979). *La Sacra di S. Michele in val di Susa*. In *Italia Romanica. II: Il Piemonte. La Val d'Aosta. La Liguria*. Milano: Jaca book, pp. 37-65.
- Cumont, F., (2012). *Lo Zodiaco*. (Ed). Milano: Adelphi, pp. 37-39.
- Couliano, I.P., (1989). *I miti dei dualismi occidentali. Dai sistemi gnostici al mondo moderno*. Milano: Jaka book
- Grabar, A., (1971). *Le rayonnement de l'art sassanide dans le monde chrétien*. *Atti del Convegno sul tema: La Persia nel Medioevo*. Vol. XV, 2; XX, 3; XXII, 1; XXIII, 3; XXVII, 1; XXVIII, 2. Roma: Accademia dei Lincei
- Gundel, H.G., (1973). *Pianeti*. *Enciclopedia dell'Arte Antica Classica e Orientale*. Roma: Treccani, pp. 614 a-623 b.
- Lo Martire, S., (1988). *Testo e immagine nella Porta dello Zodiaco*, in AA.VV., *Dal Piemonte all'Europa: esperienze monastiche nella società medievale. Relazioni e comunicazioni presentate al XXXIV Congresso storico subalpino nel millenario di S. Michele della Chiusa (Torino, 27-29 maggio 1985)*, Torino 1988, pp. 430-473.
- Moraldi, L., (1982). *Testi gnostici*. (ED), Torino: Utet.
- Panaino, A., (1998). *Tessere il cielo*. (Serie Orientale Roma, LXXIX), Roma: IsIAO,
- Panaino, A., (2012). *I Magi e la loro stella. Storia, scienza e teologia di un racconto evangelico*. Milano: Edizioni San Paolo.
- Pettinato, G., (1998). *La scrittura celeste. La nascita dell'astrologia in Mesopotamia*. Milano: Mondadori.
- Quispel, G., (2008). *Gnostica, Judaica, Catholica. Collected Essays of Gilles Quispel*. Leiden: Brill
- Robinson, J. M., (1990). *The Nag Hammadi Library in English*. (ED). San Francisco: Marvin W. Meyer.
- Rochberg, F., (2004). *The Heavenly Writing. Divination, Horoscopy, and Astronomy in Mesopotamian Culture*, Cambridge: Cambridge Press.
- Rudolph, K., (2000). *La gnosi. Natura e storia di una religione tardoantica*. Brescia: Paideia
- Saxl, F., (1985). *La fede negli astri. Dall'Antichità al Rinascimento*. Torino: Boringhieri.
- Speidel, M.L., (1980). *Mithras-Orion. Greek Hero and Roman Army God*. (EPRO, 81), Leiden: Brill.
- Van Den Broek, R., (1981). *The Creation of Adam's Psychic Body in the Apocryphon of John*. In R. Van Den Broek -M.J. Vermaseren (eds.), *Studies in Gnosticism and Hellenistic Religions presented to G. Quispel* (EPRO, 91). Leiden: Brill
- Verzàr, C., (1997). *Nicolò*. In *Enciclopedia dell'Arte Medievale*. Vol. VIII. Roma: Treccani
- Waldstein, M., Wisse, F., (1995). *The Apocryphon of John: Synopsis of Nag Hammadi Codices II, 1; III, 1; and IV, 1 with BG 8502, 2* Leiden: Brill

Si ringrazia il Prof. E. Albrile per la gentile concessione delle immagini tratte dal suo archivio.

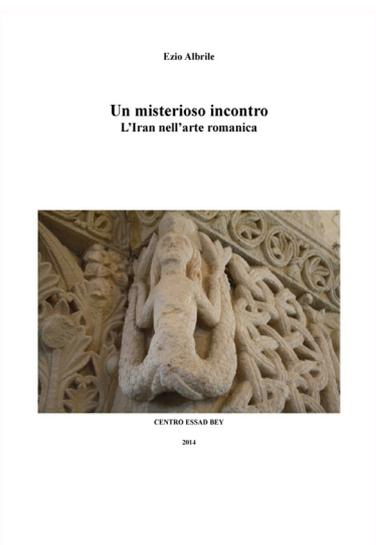
# Prof. Ezio Albrile - Professore al CESMEO, storico delle religioni, specialista di Gnosi, religioni iraniche e tarda antichità. Alcune pubblicazioni



## I Magi estatici: Mitologie della visione e del ricordo

Editore: Centro Essad Bey; 1 edizione (21 febbraio 2014)

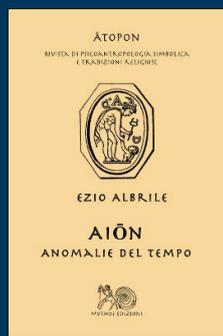
Il libro parla di culti estatici e di ritualità spiccatamente allucinogene insegnate dai Magusei, i Magi ellenizzati, una sorta di "spretati" sacerdoti zoroastriani che vivevano in Siria o in Anatolia. Spazi visionari prodotti dall'ingestione di piante e sostanze psicoattive raccontate nel mito. La cospicua letteratura ellenistica e tardoantica offre innumeri spunti per cogliere queste interferenze fra iranismo e culture occidentali.



## Un misterioso incontro. L'Iran nell'arte romanica

Editore: Centro Essad Bey; 1 edizione (7 febbraio 2014)

Il volume tratta delle interferenze tra antico mondo iranico e arte romanica. Vengono presi in considerazione i simbolismi astrologici, mitologici e storico-religiosi.





L'Ecobiopsicologia si propone come una scienza sistemico-complessa, capace di legare in un *continuum* unitario tanto le informazioni dell'ambiente naturale, quanto i loro riflessi biologici e psicologici presenti nell'uomo, per riscoprire quell'ideale *sapientia naturalis*, che è il codice espressivo della saggezza della vita. Il suo linguaggio è costituito dall'uso dell'«analogia vitale» e dei simboli, in grado di cogliere le relazioni fra «l'infrarosso» degli istinti della materia con l'«ultravioletto» delle immagini archetipiche. Il suo fine è di trasformare la logica della coscienza dell'Io nella direzione della scoperta del Sé. L'ecobiopsicologia, recuperando gli antichi insegnamenti della filosofia ermetica e degli alchimisti, integrandoli con le recenti scoperte della scienza e della psicologia, si sforza di «seguire la Natura» non in modo ideale ed arcaico ma effettivo e manifesto. Un antico alchimista, il Cosmopolita, affermava «Scrutatores Natural esse debent qualis est ipsa Natura, veraces, simplices, patientes, constantes, ecc; quod maximum, pii, Deum timentes, proximo non nocentes [...]» («Gli Indagatori della Natura debbono essere tali qual è la stessa Natura, veritieri, semplici, pazienti, costanti, etc; e specialmente pii, timorosi di Dio, che non nuociano al prossimo [...]). Per questo abbiamo designato con il termine di *Materia Prima* gli scritti di questa rivista, che rappresentano tutti, in misura maggiore o minore, il tentativo serio di ogni operatore di distillare quella *sapientia naturalis*, definita come la «Diana ignuda» e splendente dell'*Anima Mundi*. Se la *Prima Materia* rappresentava la massa oscura degli elementi della vita e caos istintuale, la *Materia Prima* stava a significare la sua trasformazione nella luce «sottile» e spirituale della coscienza amplificata. L'augurio per il lettore diventa allora che l'*Artista*, nascosto nella sua anima, meravigliato della palese bellezza dell'*Anima Mundi* possa andare oltre le parole scritte per seguire la propria via infallibile, rappresentata, per tutti i cavalieri erranti, immersi nella tensione della ricerca della «consapevolezza», dal mantenersi in tutta umiltà sempre *fedeli d'amore*.

---

## MATERIA PRIMA

Periodico telematico trimestrale a carattere scientifico dell'Istituto ANEB - Via Vittadini, 3 – 20136 Milano

Anno V – n. 14 – Giugno 2015

ISSN: 2282-2186

**Direttore Responsabile:** Diego Frigoli

**Direttore Editoriale e Direttore Scientifico:** Giorgio Cavallari

**Comitato Scientifico:** Mara Breno, Fiorella Immorlica, Alda Marini, Silvana Nicolosi, Milena Porcari, Maria Pusceddu, Raffaele Toson, Anna Villa

**Capo redattori:** Alessandra Bracci, Aurelio Sugliani, Francesca Violi

**Redazione:** Eleonora Bombaci, Tiziana Compare, Simona Gazzotti, Naike Michelon, Antonella Remotti, Valentina Rossato, Alessandra Santangelo, Francesca Licata

**Editing Testi:** Eleonora Masto, Gisella Benza, Fanny Galetti

**Editing Immagini:** Francesca Licata, Francesca Scarpettini

**Edizione inglese a cura di:** Raffaella Restelli, Sofia Guadagnuolo

**Editor e Graphic designer:** Gerardo Ceriale

**Per informazioni:** redazione@aneb.it

## EDITORE

ANEB - t. 02 36519170 - f. 02 36519171 - mail: istituto@aneb.it

Ulteriori informazioni sono disponibili presso la pagina web dell'istituto: [www.aneb.it](http://www.aneb.it)

In relazione al materiale iconografico presente in questo numero della rivista, per eventuali e comunque non volute omissioni e per gli aventi diritto tutelati dalla legge, l'editore dichiara la piena disponibilità.



ET SIC IN INFINITUM...