

Calatonia e Integrazione Psicofisica

Fernando Cortese

Traduzione: Anna Vio

Colaborazione:

Enrica Lorenzi

Leili Khosravi

Ringraziamenti (edizione brasiliana)

In primo luogo vorrei ringraziare Ana Paula Goulart de Figueiredo per la sua collaborazione e il suo sostegno durante tutto il percorso.

All'inizio di questo libro ho potuto avvelermi della partecipazione di Adélia Zylbersztajn e Sônia Nogueira e delle riflessioni del nostro gruppo di studio.

Eliete Vilela Pedroso Horta mi ha aiutato con la sua lettura e i suoi suggerimenti, insieme al suo gruppo di studio.

La prima revisione è stata fatta da Sandra Vilas Boas, che ha proposto delle aggiunte ad alcuni capitoli.

Sono particolarmente grato a Maria Elci Spaccaquerche per la revisione del testo, per i suoi commenti e suggerimenti, per il suo contributo al capitolo "Teoria e pratica in medicina: terapia organismica" e per aver seguito tutto l'iter della pubblicazione del libro.

Per i loro suggerimenti utili alla finalizzazione di questo libro, sono grato a Marianne Ligeti e Edgardo Pires Ferreira.

São Paulo, Ottobre 2007

Per la versione italiana ringrazio di cuore a

Ana Vio

Enrica Lorenzi

Leili Khosravi

Indice

Prefazione

Introduzione

Note biografiche

Calatonia e Tocchi Sottili: Il Metodo

Medicina Teorica e Pratica: Terapia Organismica

Psicologia Analitica

Calatonia e Psicosintesi

Nuovi Paradigmi della Scienza

Saggezza Eterna

Teosofia e Agni Yoga

Astrologia

Conoscenza Intuitiva

Aneddoti sul Dott. Sándor

Prefazione (edizione brasiliana)

L'ego si dispera, ma l'anima ha la certezza dell'eternità.

Pethö Sándor

Nel corso della storia dell'umanità c'è sempre stato chi ha considerato i fenomeni come parte di un tutto integrato, che ha cercato di osservare la vita e la natura con attenzione, ritenendo che tutto fosse interconnesso pur nelle diverse manifestazioni.

C'è sempre stato chi, attraverso la poesia e il canto, ha integrato corpo e anima.

Tuttavia, per molti anni lo scientismo meccanicistico ha dominato la cultura e la scienza occidentali. Suddividere i fenomeni, analizzarli in tutte le loro parti, dissezionarli sono espressioni che fanno parte della terminologia scientifica dominante.

L'approccio psicoterapeutico elaborato dal dott. Pethö Sándor si basa su una visione integrata del corpo/mente dell'essere umano, sulla ricerca di una sintesi, sull'avvicinamento degli opposti, molto simile a ciò che oggi è noto come visione olistica.

(Medico ungherese, Pethö Sándor (1916-1992) arrivò in Brasile nel 1949. Si era laureato in ostetricia e ginecologia presso la facoltà di medicina di Budapest nel 1943. In Europa, Sándor aveva lavorato come medico nei campi profughi, dove anche egli si trovava. Ma quando arrivò in Brasile, per ottenere la convalida del suo diploma di laurea, dovette lavorare nel laboratorio di analisi cliniche. Tuttavia negli anni '50 iniziò ad assistere persone nella sua clinica.

Nel 1980 Sándor creò una disciplina chiamata Kinesiologia psicologica, che insegnava all'Istituto Sedes Sapientiae e che in seguito divenne un corso con un programma ben definito, ancora oggi attivo. Il suo lavoro come professore è stato molto significativo per tutti coloro che hanno potuto partecipare alle sue lezioni.

Fernando Cortese è stato studente del professore Sándor alla Pontificia Università di San Paolo - PUC-SP e all'Istituto Sedes Sapientiae ed ha partecipato ai suoi gruppi di studio. Dopo la morte del dottor Sándor,

invitato dal nipote Janos Geocze, Fernando ha iniziato a tenere le lezioni al corso di Kinesiologia di Sedes, dov'è tutt'ora professore.

Come narratore, Fernando Cortese ci introduce alla visione dell'uomo e alle questioni essenziali della sua vita, che il dottor Sándor aveva rivelato durante le sue lezioni. Cortese presenta in modo sintetico e introduttivo i fondamenti principali del suo pensiero: la Dialettica, l'Olismo, la Teosofia, l'Astrologia, la Saggezza Eterna, insieme al pensiero di C. G. Jung.

Questo libro è nato dalla necessità sentita dall'autore di trasmettere agli studenti di Kinesiologia, e a tutti coloro che sono interessati a questo approccio, la visione olistica che il dottor Sándor aveva espresso attraverso le varie correnti di pensiero nonché al lavoro di Calatonia e il tocco sottile. Sándor considerava la Calatonia come un metodo molto ampio, legato alla psicologia profonda.

Gli incontri con Fernando Cortese per leggere e rivedere i testi che compongono questo libro sono stati momenti speciali, in cui abbiamo sentito la stessa energia dei gruppi che abbiamo condiviso con il dott. Sándor. Molte storie sono state ricordate e rivissute con gioia. L'ultimo capitolo è dedicato proprio a quelle storie.

Credo che Fernando Cortese sia riuscito a trasmettere non solo la coerenza teorica alla base del metodo della Calatonia, ma anche un po' della personalità del dottor Sándor che è stato un Maestro per i molti che hanno avuto la fortuna di conoscerlo e di studiare con lui.

Maria Elci Spaccaquerche

Introduzione

L'opera di Pethö Sándor è una mirabile sintesi di conoscenze provenienti da vari rami del sapere umano. Medico e psicologo, creatore del metodo terapeutico conosciuto come Calatonia, per l'Integrazione Psicofisica o Terapia Organismica, Sándor ha operato all'interno di una prospettiva di ricerca tipica della nostra epoca: la ricerca per l'integrazione di diversi campi della conoscenza, principalmente per l'integrazione dell'area che un tempo era conosciuta come religione con quella che è ancora conosciuta come scienza, dato che non esiste alcuna nuova conoscenza, sufficientemente integrata che sia una sintesi di questi due percorsi creati dall'uomo per comprendere se stesso e l'universo.

Cercherò di dimostrare come l'opera di Sándor ha avuto origine da diversi campi del sapere, sia nella tradizione della ricerca "spirituale", che all'interno della tradizione della ricerca "scientifica". In questo approccio terapeutico è importante prendere in considerazione anche il ruolo centrale della prassi. Nell'integrazione psico-terapeutica, il lavoro sul corpo genera conoscenza: rende consapevole la conoscenza inconscia, l'aggiorna e la comunica.

Perciò, presenterò dapprima alcuni dati biografici sull'autore con una breve introduzione sul metodo. Dopodiché mi concentrerò su alcune domande poste dai nostri studenti, come è avvenuto anche con gli studenti che hanno avuto il privilegio di imparare direttamente dal Dr Sándor. Domande che riguardano prevalentemente le basi scientifiche e filosofiche della sua opera:

"Da dove derivano queste conoscenze?"; "Su quale teoria si basa questo approccio?". Nonché domande che riecheggiano vecchi pregiudizi: "Ma si tratta di un metodo scientifico?" e che rivelano che la nostra coscienza non ha ancora assimilato la nuova concezione della scienza.

Gli interrogativi si riferiscono al fatto che Sándor ha lasciato pochissimi scritti e che la Calatonia si basa su tecniche e principi che derivano solo in parte da idee e procedure ortodosse, sia in termini teorici che pratici. Per questo ci troviamo ad affrontare incomprensioni, pregiudizi e molta resistenza da parte di colleghi che lavorano e fanno ricerca sulla salute fisica e mentale. Non potrebbe essere diversamente nella massa, che soffre di rigidi e ristretti condizionamenti culturali e sociali, sia in termini di idee che di attività pratiche. In realtà anche noi che lavoriamo in questo campo, percepiamo gli effetti di tali condizionamenti mentali in noi stessi quando a volte ci sentiamo insicuri della nostra esperienza professionale. Tuttavia tutto questo è inevitabile, soprattutto quando si sceglie un percorso di ricerca poco conosciuto o non "autorizzato": è il prezzo da pagare per il risveglio della coscienza e per il processo d'individuazione.

Per fortuna, il Sé ci offre incontri sincronici, come quello che io stesso ho avuto con il dottor Sándor, che incarna l'archetipo del maestro che indica la strada. Ma si tratta solo di un primo passo... Poi arriva il secondo, quando il maestro scompare e il discepolo deve continuare, spesso da solo, anche con la sensazione di non essere preparato a farlo. In ogni caso, oggi il contesto culturale è molto più favorevole alla ricerca di nuovi paradigmi che non al tempo in cui Sándor ha iniziato il suo cammino: abbiamo i risultati e il sostegno di coloro che ci hanno insegnato e dai gruppi che egli ha creato.

Per contribuire a questa riflessione sull'integrazione psicofisica, presenterò un panorama delle basi filosofiche ed epistemologiche dell'opera del dottor Sándor. Farò perciò riferimento a quei campi della conoscenza come la filosofia, la scienza tradizionale, la scienza post-Einstein e la teoria quantistica, nonché ai collegamenti con altri epistemi o campi della conoscenza umana associati ad aree di indagine non-ortodosse e meno comuni, come l'astrologia e la Teosofia (o antica saggezza). Faccio notare tuttavia che, mentre questi sono campi di conoscenza profondi e complessi, la mia sarà una presentazione modesta e succinta del rapporto tra l'opera di Sándor e queste basi teoriche, poiché l'obiettivo è quello di offrire una guida per coloro che desiderano approfondire lo studio della Calatonia.

Anche in questo caso è necessario ritornare alle idee del passato sulla trasmissione della conoscenza a livelli più profondi. Il ruolo dell'esperienza di vita è sempre stato considerato essenziale fin dall'antichità: "Conosci te stesso". D'altro canto, come ha dimostrato Jung, tradurre in parole la conoscenza profonda, necessariamente condizionata da un codice di significato linguistico, è sempre riduttivo: "consapevolmente e deliberatamente cerco l'espressione con un doppio significato: per corrispondere alla natura dell'essere è da preferire all'espressione univoca" (Lettera di un giovane studioso, in Ricordi, Sogni e Riflessioni, p. 322).

Un altro aspetto nella trasmissione della conoscenza profonda osservato fin dall'antichità è la distinzione tra exoterismo ed esoterismo. L'aggettivo greco *esôterikos*, che risale al periodo ellenico, si riferisce a dottrine e insegnamenti riservati ai discepoli (o agli iniziati) di una scuola o di una dottrina, che non potevano essere trasmessi agli estranei, poiché erano espressi in pratiche

rituali e in sintonia con una trasformazione di coscienza. L'aggettivo *eksôterikos* deriva dal greco classico e significa ciò che è esterno, destinato ai laici, popolare, exoterico. In questo senso è usato anche da Aristotele, quando si riferisce alle sue opere "popolari" (e cioè, quelle trasmesse per via orale). L'exoterico è molteplice e variabile, poiché i suoi principi possono essere espressi in numerose forme e a diversi livelli. L'esoterico, invece, è invariabile e sintetico, si riferisce a ciò che rimane immutabile nel tempo e nello spazio, all'essenza delle cose, agli archetipi, che trascendono qualsiasi manifestazione e si comprendono solo attraverso l'esperienza di vita. Questi livelli corrispondono alle opposizioni interno/esterno, pubblico/segreto, sacro/profano, popolare/nobile.

Se accettiamo l'idea che soltanto un particolare livello di conoscenza è soggetto alla trasmissione orale e in sintonia con l'esperienza di vita (individuazione) del ricercatore, sorge la domanda se in un testo come questo possiamo affrontare un simile livello di conoscenza. Ma un più profondo accorpamento e integrazione di questi elementi sono realizzabili solo attraverso l'esperienza e il rapporto personale. Questo non significa trattenere informazioni o possedere un qualsiasi tipo di potere o di manipolazione. Si tratta solo di caratteristiche inerenti al livello di conoscenza che intendiamo sperimentare. Per questo motivo Sándor riteneva che la pratica e l'esperienza fossero basilari per l'apprendimento della Calatonia. Più che una tecnica, è uno strumento per lo sviluppo della consapevolezza. E i tipi di conoscenza più profonda e più insolita sono sempre stati affrontati in piccoli gruppi, una dinamica necessaria che abbiamo mantenuto fino ad oggi.

Per continuare un dialogo che non è mai stato interrotto (secondo i nostri principi, ogni Calatonia contiene un tipo di interazione e di comunicazione), questo testo ha anche lo scopo di contribuire alla concretizzazione e l'umanizzazione del mito dell'uomo e della sua conoscenza, in modo che questa non rimanga statica ma continui nel suo sviluppo organico. Perciò, nell'ultimo capitolo riporto alcune storie sull'esperienza e la pratica di vita del Dr Sándor. Storie raccolte attraverso esperienze dirette o racconti di colleghi presenti in quel momento. Sono piccole situazioni che illustrano modi di agire e di vedere il mondo, che mirano ad evocare concretamente l'energia stessa dell'integrazione psicofisica e l'uomo che l'ha creata.

L'obiettivo di questo libro è di fornire una guida agli studenti che si trovano all'inizio dello studio di questo metodo terapeutico. Molte volte essi esprimono preoccupazione rispetto all'apprendimento della "totalità" o dell'"essenza" di questo metodo di lavoro e hanno la tendenza a considerare come leggi quelle che in realtà sono principi o parametri generali. Non esiste un modo di presentare o insegnare una teoria ipotetica già pronta. Per potersi avventurare in questo modo, è necessario rinunciare ai calcoli precisi. Così come cerco di farlo nel corso delle lezioni, seguendo i vecchi modelli intendo proporre un lavoro di scoperta e di esperienza, un *percorso* che ciascuno può seguire solo con i propri passi.

Note Biografiche

1916 - Pethö Sándor nasce il 28 aprile in Ungheria.

1936 - Studia canto lirico e pensa di seguire la carriera di tenore; rimane un grande appassionato di musica classica.

1942 - Primo matrimonio, con Marieta Marton.

1943 - Si laurea in medicina e si specializza in ginecologia, presso la Scuola di Medicina a Budapest.

1944 - Nasce il suo primo figlio.

1945 - Fugge dall'Ungheria in seguito all'invasione dell'esercito russo.

1945 - Perde i genitori in un bombardamento aereo che colpisce il treno sul quale viaggiavano.

1946 - Muore Marieta, la sua prima moglie.

1945-1949 - Lavora come medico della Croce Rossa nei campi profughi di guerra; in questo periodo sviluppa la Calatonia. Perfeziona i suoi studi su Jung e come disse lui: "durante questo periodo, siccome lavoravo a metà tempo nel campo, avevo la possibilità di studiare, infatti ho letto sei volte *AION* e *Simboli della trasformazione*."

1949 - Emigra in Brasile con i suoi figli e la famiglia Bujdoso, si stabilisce a San Paolo.

1950 - Lavora in un laboratorio di analisi cliniche: "Ho avuto modo di conoscere il popolo brasiliano al suo interno come nessun altro".

1952 - Lavora già come psicoterapeuta presso la comunità ungherese in esilio, e intanto approfondisce la conoscenza del portoghese.

1955 - Sposa Irene Bujdoso divenuta vedova. Cresce la figlia di lei, Agnes Bujdoso, che in seguito lavorerà come fisioterapeuta. I figli di Agnes seguiranno la sua strada: Marieta diventa psicologa e anche Janos Geocze continua l'opera del nonno adottivo come psicoterapeuta, fisioterapeuta e professore.

1960 - Come psicoterapeuta, inizia a supervisionare gruppi di studio sulla psicologia del profondo, e in particolare la psicologia di Jung.

1960 e anni successivi - traduce e integra vari testi di psicologia e di terapia organismica, come Vela: questionario di instabilità vegetative; oltre a testi di C. G. Jung, G. R. Heyer, Guggenbuhl-Craig, W. Reich e vari altri.

1960 - Inizia ad insegnare anche la Calatonia nei suoi gruppi.

1969 - Pubblica il testo "Tecniche di rilassamento" nel *Boletim de Psicologia* della São Paulo Psychology Society.

1971-1974 - Insegna alla Scuola di Psicologia, alla PUC (Catholic Pontificate University) di San Paolo, i seguenti corsi (creati da lui): Psicoprofilassi, Integrazione psicofisica, Reazioni conflittuali, Reazioni nevrotiche, Sonno e Sogno.

1974 -Pubblica il libro *Técnicas de relaxamento* (pubblicato da Vetor).

1975 - A casa sua, dove ha anche uno studio privato, continua, a tenere gruppi di studio sulla psicologia, tecniche di rilassamento e astrologia, e su temi di teosofia e spiritismo.

1980 - Inizia ad insegnare, all'Istituto Sedes Sapientiae, il suo corso sulla Kinesiologia psicologica come corso indipendente.

1985 – Essendo rimasto vedovo da tempo, sposa la psicologa Maria Luiza Simões, che segue la sua stessa linea di lavoro.

1992 - Muore nella sua fattoria a Pocinhos, nel sud del Minas Gerais

Calatonia e Tocchi Sottili: Il Metodo

Lo yoga insegna lo yoga.

Patanjali

La Calatonia è essenzialmente esperienza e pratica di vita. Perciò, nel fornire le caratteristiche e una descrizione del metodo, questo capitolo è solo un riferimento bibliografico, e non sostituisce l'apprendimento pratico indispensabile alla sua applicazione. Possiamo ricordare il vecchio detto di Patanjali, che per primo ha codificato lo yoga: "Lo Yoga insegna lo yoga"

La Calatonia nasce dalla necessità pratica di curare i feriti di guerra negli ospedali, dove mancavano le risorse mediche e si operava in situazioni molto precarie. Toccare i piedi è come intrattenere una conversazione confortante fra medico e paziente ai piedi del letto. Qui toccare è il recupero di una parte intrinseca del rapporto terapeuta/paziente che purtroppo al giorno d'oggi è molto dimenticato. In questa prima esperienza, il dottor Sándor osservava gli effetti sui pazienti, i diversi gradi di sollievo del loro disagio o dolore, e andava perfezionando il suo metodo. Come vedremo nei prossimi capitoli, egli collegò questa esperienza alla medicina psicosomatica e ai principi filosofici su cui si basano il suo lavoro e la sua vita.

La Calatonia si è sviluppata fino a diventare un metodo terapeutico che comprende la tecnica di lavoro, l'atteggiamento e la visione del terapeuta nei confronti della persona che riceve il contatto, nonché la valutazione del tipo di trattamento da praticare. Per questo motivo, il percorso di formazione del terapeuta è considerato essenziale: in primo luogo gli studi universitari nel campo medico-sanitario, e successivamente una specializzazione in alcuni dei numerosi corsi e gruppi organizzati da discepoli di Sándor, in modo che la

terapia non sia soltanto una riproduzione della tecnica, ma una partecipazione del terapeuta al metodo.

Per applicare la Calatonia, si tocca molto leggermente la falange distale delle dita dei piedi, "come se si volesse tenere una bolla di sapone", utilizzando le dita corrispondenti delle mani. La sequenza medio (1), indice (2), anulare (3), mignolo (4), alluce (5) corrisponde alla gerarchia degli elementi di terra, acqua, fuoco, aria e la loro sintesi (come spiegato nel capitolo sull'Astrologia). Successivamente si tocca la pianta del piede in due punti: appena sotto l'arco plantare (6) e appena sopra il tallone (7). Nell'ottavo tocco, tenendo il tallone, il terapeuta tocca intorno al malleolo. Poi tocca l'inizio del polpaccio nel punto in cui convergono i tricipiti surali (9).

(Foto)

Nel suo libro *Técnicas de relajación* (Tecniche di rilassamento) il professor Sándor spiega l'origine della parola "Calatonia". Secondo lui, in greco il verbo khalaó significa "rilassamento" e anche "alimentazione", "allontanarsi dallo stato di collera, ira, violenza", "aprire una porta", "stappare un otre", "lasciar andare", "perdonare i genitori", "togliere tutti i veli". E' interessante notare che, con questa osservazione concisa, come era nel suo stile, Sándor voleva che si *considerasse* la calatonia come un metodo ampio e in relazione ad aspetti della psicologia profonda.

Inoltre, Calatonia significa letteralmente "tono adeguato" che traduce in modo concreto gli effetti osservati con questo rilassamento. L'osservazione e la comunicazione di tali effetti sono stati rilevati da un gruppo di un centinaio di terapeuti per più di cinque decenni. La regolazione del tono, chiamato da Sándor anche "ricondizionamento psico fisico", può essere descritto a tre livelli: fisico, emotivo e mentale.

. *Livello fisico*: rilassamento muscolare, decontrazione muscolare, regolazione di diverse funzioni vegetative, come ad esempio: respirazione, circolazione sanguigna e linfatica, ritmo cardiaco, funzionamento viscerale, temperatura e pressione arteriosa.

. *Livello emotivo*: adeguamento del rilassamento e regolazione del "tono affettivo", vale a dire, riorganizzazione delle emozioni caricate in maniera squilibrata dagli eventi quotidiani e dai vari livelli di conflitti inconsci.

. *Livello mentale*: regolazione del "tono mentale" con l'eliminazione dei diversi contenuti mentali spuri, condizionati dall'esposizione quotidiana ad una quantità enorme di stimoli e, ad un livello più profondo, superamento delle categorie mentali condizionate dall'istruzione e dalla cultura in vigore.

Ciascuno di questi tre livelli di esistenza umana comprende aspetti considerati "inconsci". A livello fisico, le funzioni del corpo che abbiamo descritto sono funzioni del sistema

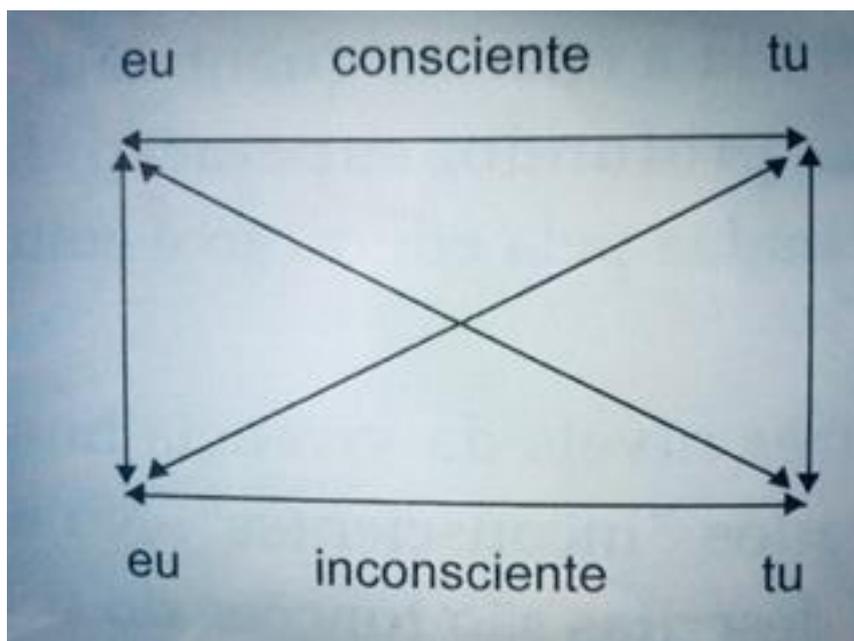
vegetativo o del sistema nervoso autonomo, ovvero sono indipendenti dal comando della coscienza. In questo caso si vede come l'esperienza dell'essere umano sia fondamentalmente ed essenzialmente inconscia. Per esempio, se non respiriamo moriamo subito, ma questa funzione primordiale è di fatto controllata dal sistema nervoso autonomo. Parallelamente, le nostre emozioni e i nostri sentimenti hanno una componente prevalentemente inconscia, ossia non conosciamo gli aspetti principali di questi sentimenti ed emozioni.

Come esempio dello scambio tra terapeuta e paziente, possiamo ricordare lo schema utilizzato da Jung e da Guggenbuhl-Craig per rappresentare questo rapporto: piano conscio con conscio, piano conscio con inconscio e piano inconscio con inconscio, quando entrambi i piani partecipano e si muovono in quell'organismo più ampio del quale sono parte.

Io

conscio

Tu



Io

inconscio.

Tu

Lo schema rappresenta la relazione terapeuta/paziente secondo questa visione, nella quale il livello cosciente è fondamentale. Per esempio, ci devono essere un contatto, un contratto e un ambiente adeguati. Tuttavia, il livello inconscio è sempre presente, anche se questo stesso enunciato già dimostra il nostro uso scorretto del linguaggio, risultato della nostra inflazione egoica. Questo perché siamo sempre immersi nell'inconscio, ovvero, non è possibile per la coscienza limitata abbracciare la totalità della nostra esperienza, né fisica (ricordiamoci del respiro), né psichica.

Il vecchio Freud aveva già sottolineato questo fatto nel 1900, ma ancora oggi la nostra coscienza resiste alla sua assimilazione distorta dal condizionamento culturale che alimenta l'illusione della nostra fantasia, ovvero che la nostra piccola parte cosciente e razionale può capire e controllare l'intera personalità. È una grave illusione. L'essere umano non può controllare la natura fisica o psichica; non può nemmeno capirle del tutto. L'Umanità è parte della natura e funziona secondo le sue leggi. Come ha detto Jung, è l'inconscio che determina se sarò in grado di pronunciare (o scrivere) la parola successiva. Questa illusione dell'uomo contemporaneo ha gravi conseguenze. La natura fisica e psichica risente della sua azione unilaterale e predatoria e presenta gli squilibri che ne derivano.

Per questo motivo la reintegrazione dell'uomo con la natura è una delle basi del nostro lavoro. Questo ri-avvicinamento del paziente alla natura è facilitato da diversi elementi. Sdraiarsi, togliersi gli abiti, chiudere gli occhi già rappresentano, simbolicamente e fisiologicamente, un'alterazione del ritmo di funzionamento del corpo e della psiche. Abbandonarsi al tocco proposto e consentirsi di sperimentare le percezioni aiuta a sentire i contenuti degli strati più interni. E lo stimolo del tocco, nel sollecitare una decontrazione muscolare, un riequilibrio respiratorio, circolatorio e altre funzioni, completa la creazione del campo psicofisico che rende possibile questa esperienza.

Il metodo che utilizziamo (calatonia, riaggiustamento dei punti di sostegno, tocchi sottili), fornisce una commutazione psicofisica peculiare che induce uno stato alterato di coscienza, un certo cambiamento nella fascia di funzionamento dell'ego nel suo sguardo quotidiano, con sensazioni e immagini peculiari a questa fascia. Ciò permette un'esperienza di contenuti diversa dall'ordinario. Si tratta di un'esperienza che aiuta il de-condizionamento dell'ego, aiuta a superare le categorie di pensieri standardizzati, i sentimenti e le sensazioni imposti dalla cultura di massa nella quale siamo coinvolti.

Qui abbiamo la possibilità di un contatto più profondo e autentico con gli aspetti del nostro io inconscio, con il centro della personalità che Jung chiama *Sé*. Questa riconnessione è essenziale affinché gli esseri umani possano guidare il loro percorso di individuazione verso la realizzazione del potenziale presente nel *Sé*, nel sé reale nascosto e distorto nella nostra cultura da desideri e aspirazioni condizionati e squilibrato dell'ego. L'ego vuole realizzare se stesso, ma anche il *Sé* vuole realizzarsi nella sua dimensione, cioè realizzare la destinazione di quell'organismo individuale di partecipare in modo armonico e integrale a quell'organismo più grande di cui è parte. La psiche cosciente dell'umanità di oggi soffre di una deformazione caratteristica della nostra cultura: l'inflazione dell'ego che, nell'eccedere la sua funzione originaria, mira a controllare e a determinare il processo di Essere.

Gli obiettivi della Calatonia possono essere descritti secondo i seguenti aspetti:

- . Contatto con se stessi
- . Riconnesione con l'organismo più grande del quale siamo parte
- . Strumento di profilassi
- . Strumento diagnostico
- . Strumento di interazione differenziata e profonda con l'altro

Il contatto con se stessi: principalmente contatto con le sensazioni del corpo, la cui percezione è facilitata dal rilassamento e dal tener fuori gli stimoli esterni. Ad un livello più profondo, a seconda dei diversi piani di coscienza che si raggiungono, la connessione con aspetti del sé, come lo chiama Jung, o centro interiore della psiche (o *Sé Superiore*, secondo alcuni sistemi spirituali). Attraverso l'attivazione della funzione intuitiva, attraverso il tocco e la sua funzione di sensazioni opposte, si crea uno stato psicofisico che favorisce lo stato di coscienza che a sua volta facilita l'accesso ai livelli più profondi della psiche.

Questi livelli sono stati descritti da Jung con il concetto di *inconscio collettivo*. Il grande biologo Rupert Sheldrake ha anche descritto i livelli inconsci della comunicazione nel concetto di *campi morfogenetici*. In un altro approccio, quello della Teosofia, in un linguaggio diverso, troviamo la nozione di vari piani di coscienza, contattata e trasmessa secondo lo sviluppo dell'aspirante o discepolo nel suo processo di sviluppo personale.

Riconnesione con l'organismo più grande di cui siamo parte: riconnesione ad un livello sociale e fisico, di specie, di pianeta e cosmico: *holos* "totale, completa, intera."

Strumento di profilassi: contribuire all'equilibrio delle funzioni fisiche e psichiche, oltre che a rendere possibile un'auto-osservazione più profonda e discriminante. Questo permette al paziente di contattare e, se necessario, affrontare sensazioni di dolore fisico o di disagio che rimangono non percepite nelle normali attività quotidiane.

Strumento diagnostico: per il terapeuta, il quale ha anche i suoi canali di percezione attivati (sensazione e intuizione) in un'osservazione diversificata dal suo paziente. Questo è un aspetto difficile da descrivere teoricamente, deve essere sperimentato in modo che il terapeuta arrivi a capire quanto la sua comprensione intuitiva del paziente può essere dinamizzata attraverso il lavoro sul corpo. Gli studenti principianti si sorprendono dei pazienti che, quando tornano, riferiscono che il terapeuta ha toccato esattamente dove faceva male o dove era necessario, o che dopo il lavoro sul corpo egli ha toccato esattamente l'area più significativa in quel momento.

Strumento di interazione differenziata e profonda con l'altro: nella Calatonia lo scambio è dialettico; terapeuta e paziente si toccano reciprocamente all'interno di un campo che mette a confronto, crea interscambio, integra e trascende entrambi, costellando

quell'energia di sintesi che Jung chiama *funzione trascendente*, che proviene dall'io inconscio e che il Dr Sándor definisce il *terzo punto*.

Con il concetto di terzo punto, Sándor propone che il terapeuta deve cercare di visualizzare o sentire, nel modo più adatto a lui e al suo paziente, quel *tertius* che trascende la dicotomia di due esseri umani in contatto tra loro, e che integra i due in un dinamismo più globale che li contiene.

Al fine di realizzare questo metodo ed i suoi scopi, è necessario che il terapeuta abbia un atteggiamento interiore di resa al processo e sia in grado di abbandonare le idee preconcepite e le intenzioni precostituite. Dopo un'adeguata formazione nel metodo e con la supervisione e l'esperienza appropriata, il terapeuta imparerà a scollegarsi dai propri canali di valutazione (pensiero e funzioni del sentire), che sono molto condizionati, sia socialmente che culturalmente. Così, l'asse sensazione/intuizione funziona meglio quando osserviamo il paziente "ascoltandolo" con la punta delle nostre dita e lasciando che le impressioni e le indicazioni che emergono dall'inconscio attraverso la funzione intuitiva indichino il lavoro da fare.

Con il tempo, come conseguenza di queste interazioni e della pratica, l'attività di Sándor e del suo gruppo fu "costellata" di nuove forme di lavoro corporeo. Sono nati in questo modo i cosiddetti "Tocchi Sottili" nei quali confluiscono altre tecniche che utilizzavano gli stessi principi e le stesse metodologie per raggiungere gli stessi obiettivi.

Ci sono altre modalità di applicazione della Calatonia con le quali lavorare oltre che mani/testa: "decompressione frazionata"; grandi e piccole articolazioni; gli opposti (arti superiori/inferiori, cintura scapolare/pelvica, piedi/testa, lato destro/sinistro); nonché con la colonna vertebrale e i suoi centri nervosi ed energetici, e molti altri. Il continuo sviluppo di questo metodo e la consapevolezza dei gruppi in relazione alla nostra pratica e alle Idee fondanti che ne costituiscono le basi, confermano il ruolo della Calatonia sia come generatrice che come produttrice di conoscenza.

In questo lavoro, la ricerca del de-condizionamento è essenziale, così come lo sforzo di "liberarsi" da esperienze quotidiane e dinamiche al fine di percepire un altro livello di contenuti della psiche. Il tipo di contatto che abbiamo adottato mira a questa caratteristica incondizionata, non-abituale e più arcaica come, per esempio, il tocco di sottile intensità sui piedi o sulla colonna vertebrale. Sono anche adottate forme di gruppo, con configurazioni che evocano l'archetipo: il cerchio, il tenersi per mano, la danza, e l'emissione di suoni primordiali (come Ah).

In questo modo, la Calatonia è stata usata come un metodo coadiuvante nelle terapie psicologiche, mediche, in logoterapia e fisioterapia, nonché nelle terapie delle patologie professionali e corporee. La Calatonia è utilizzata anche in Educazione Fisica, Pedagogia e in varie forme di lavoro di gruppo. Non si riscontrano controindicazioni se il trattamento, la preparazione dello spazio e del terapeuta sono adeguate.

E' possibile lavorare con soggetti psicotici (anche se in alcuni casi è stata riscontrata una responsività inferiore), nonché con pazienti sottoposti a cure con psicofarmaci; in ogni caso, i risultati osservati confermano la validità del trattamento. La Calatonia e i Tocchi Sottili possono rappresentare risorse di grande valore in situazioni pre e post-chirurgiche e, più generalmente, in degenze ospedaliere.

La finalità della Calatonia può essere considerata come *ad ampio raggio e non specifica*, al contrario di altri metodi di lavoro sul corpo che hanno obiettivi più specifici e mirati, come nella fisioterapia e in altri trattamenti con criteri analoghi. Nella Calatonia non vi è alcuna aspettativa riguardo a risultati programmabili predeterminati. L'osservazione dell'applicazione del metodo su migliaia di pazienti per più di cinque decenni ha mostrato risultati analoghi a quelli qui descritti, all'interno di un quadro di riequilibrio fisico e psichico, poiché il metodo favorisce la coscienza, la percezione e la direzione di sé, nel senso di un'appropriata realizzazione delle potenzialità individuali.

Bibliografia

Delmanto, Suzana. *Toques sutis*. 2nd ed. São Paulo: Summus, 1997.

Farah, Rosa. *Integração psicofísica*. São Paulo: Companhia Ilimitada e Robe Editorial, 1995.

Sándor, Pethö. *Técnicas de relaxamento*. 4th Ed. São Paulo: Vetor, 1982.

Medicina Teorica e Pratica: Terapia Organismica

L'esperienza medica del Dr Sándor, gli studi e soprattutto la sua attività professionale all'interno di un campo profughi durante la Seconda Guerra Mondiale, sono state fonti di grande importanza per la ricerca, le scoperte e la nascita della terapia organismica. Nel campo profughi vi erano grandi necessità ma poche risorse, c'era quindi molto da osservare per cercare di curare le diverse patologie e i numerosi sintomi, sia fisici che psichici.

Come risultato delle sue osservazioni nel campo della medicina psicosomatica e allo scopo di fornire ai suoi studenti gli strumenti per la conoscenza dell'anatomia e della fisiologia nonché dell'approccio allora noto come psicosomatico, Sándor ha elaborato una serie di test basati su esami diagnostici relativi a problemi muscolari e motori. Questi test erano conosciuti come "Esami" e ne presentiamo un esempio alla fine di questo capitolo Allegato 1. Attraverso questi test, Sándor trasmetteva ai suoi studenti anche nozioni e concetti relativi ad altri approcci, come possiamo

vedere nell'Allegato 2 che introduce alle idee di Ida Rolf (1999) poco note a quel tempo.

Il professore elaborò anche un testo tedesco, molto complesso, dal titolo *Vela*: le sillabe iniziali di vegitative lability, che si basava su di un questionario tedesco relativo ai sintomi psicosomatici o riguardanti la labilità (instabilità) del sistema nervoso neurovegetativo o autonomo. Sándor tradusse, ampliò e sviluppò questo testo ma, come è sempre stato nel suo stile, senza assumerne la paternità o approfittarne per diffondere le sue idee, alcune delle quali erano molto originali.

Il libretto *Vela* presenta, rispetto ad ogni tema o sintomo di labilità vegetativa, una vasta descrizione anatomica e fisiologica, usando un linguaggio medico specifico. Alla fine di ogni argomento, il dottor Sándor ampliava l'approccio con considerazioni psicologiche, basate sui concetti di Carl Gustav Jung e su concetti che egli definiva come "terapia organismica".

Abbiamo selezionato una serie di brani di questo suo testo fondamentale, ma prima di trascriverli, è importante fare alcune osservazioni circa la scrittura del Dr Sándor.

Il Professore faceva molta attenzione all'uso del Portoghese, in generale aveva una buona abilità con le lingue straniere e, forse perché era straniero, cercava di usare questa lingua con maggior cura di un madrelingua. Quando si leggevano i suoi testi nei gruppi di studio, egli sceglieva sempre qualcuno con una buona dizione, che faceva le pause durante la lettura e che dava la giusta intonazione ad ogni frase, che seguiva la corretta punteggiatura, rispettava le virgole e i punti. Inoltre, si impegnava moltissimo nella scelta delle parole e nell'organizzare le frasi in modo da esprimere esattamente quello che voleva dire. Molto spesso, nel corso dei gruppi di studio, durante

la lettura di alcune parti trovavamo termini che ci erano totalmente sconosciuti. Con grande calma e pazienza, egli ci spiegava il significato e faceva notare che quei termini si trovavano nel dizionario della lingua portoghese.

Perciò, queste sezioni che ora riproduciamo devono essere lette lentamente e con attenzione giacché sono molto dense e invitano alla riflessione. Difficilmente saranno comprese con una lettura rapida e dinamica, come ci siamo abituati a fare ultimamente, poiché la maggior parte dei libri usano molte parole per esprimere poche idee. Abbiamo organizzato queste sezioni per argomento, senza cercare di interpretarle. Esse contengono in sé l'essenza del pensiero del Dr. Sándor e sono temi da approfondire per tutta una vita.

Sui disturbi dei pazienti e le malattie psicosomatiche

Il numero dei disturbi è quasi inesauribile. Il nevrotico con una sintomatologia funzionale il più delle volte non si preoccupa dello psicologo, del medico o altro professionista che lo ascolta, né degli altri pazienti che vengono dopo di lui, ma si concentra nel descrivere tutti i suoi disturbi. (Questo non potrebbe farlo in un sistema sanitario a pagamento). Qui dobbiamo individuare, ancora una volta, i contenuti inconsci tra le componenti psichiche. Il "malessere psichico" dei nostri tempi ha fatto emergere la psicologia. Naturalmente, come sottolinea C.G. Jung, i problemi psichici esistevano già, ma non emergevano con tanta violenza, di conseguenza non erano né percepiti né osservati nella loro importanza decisiva. Al giorno d'oggi, non si potrebbe ottenere nulla di particolare e duraturo senza tener conto degli aspetti psichici. Secondo Jung, nonostante che la psicologia sia costituita da fatti empirici, e non di postulati filosofici o questioni di fede, il fatto di avere una psicologia è indice di un sintomo che dimostra le profonde paure che derivano dalla psiche... Perciò possiamo dire che l'attività psichica ostacolata crea una

discrepanza nel dinamismo psichico: l'interno esige un percorso diverso dall'esterno e una delle manifestazioni di questo dissenso sarebbe la comparsa di molti disturbi "funzionali". L'esplorazione dei contenuti inconsci e in particolare l'osservazione dei fenomeni che emergono dall'inconscio collettivo è indispensabile al giorno d'oggi, se vogliamo affrontare nel modo più ampio la separazione dell'essere umano da se stesso (con tutte le più ampie conseguenze). (Vela, punto 25.6, pag. 12)

Oggigiorno si nota un netto aumento dei disturbi acuti e semi-acuti dovuti a situazioni di stress chiaramente correlato a fattori psichici, emotivi e vegetativi. Non si tratta soltanto di traumi emotivi più intensi, ma delle tensioni della civiltà odierna, con le sue varie interferenze se non addirittura invasioni, come l'inquinamento acustico che agisce sulla coclea e sul sistema vestibolare.

Al sommarsi di questi fastidiosi fattori di disturbo si aggiunga l'agitazione della vita quotidiana, sia familiare che professionale, la cattiva organizzazione del tempo libero, le pressioni ambientali e quelle di una società rivolta soltanto al rendimento. Tutto questo influenza la sensibilità uditiva in maniera inimmaginabile. I fattori psico-emotivi si aggiungono sensibilmente al grande e ineluttabile sviluppo tecnologico, con tutte le sue conseguenze. (Vela, punto 4.9, pag. 25)

Il professor Sándor sottolinea il problema del dolore, e lo colloca in un'area limite fra i campi della Medicina e della Psicologia. Egli scrive:

A tutt'oggi si può dire che non esiste alcuna anatomia del dolore, esso stesso appartiene ad un'area al limite fra la fisiologia e la psicologia e al limite fra la medicina teorica e quella clinica. Per questo non è semplice trovare un linguaggio comune, o metalinguaggio. Quindi, il dolore sarebbe una manifestazione della coscienza, e cioè un

fenomeno psichico caratterizzato dalla presenza di molti fattori. Non dipende solo da uno o due fattori, ma da un gran numero di processi fisiologici che insieme partecipano a questo fenomeno di processo psichico. Una delle manifestazioni più essenziali del dolore è la sua incostanza e cioè, è difficile definirlo a partire dallo stimolo poiché non esiste uno stimolo specifico che possa essere definito a livello fisico o chimico. (Vela, punto 12, pag. 5)

Terapia Organismica: tecniche e procedure

Una delle espressioni più frequenti del Dr. Sándor era: "*Osserviamo*". In questo modo intendeva sottolineare la necessità di usare molta cautela nel formulare una diagnosi. Egli cercava sempre di non emettere diagnosi sui pazienti in termini di psicopatologia ma, al contrario, osservava i fenomeni che insorgevano, e come si comportava la psiche e la vita di ogni singola persona.

Le tecniche della psicoterapia organismica possono essere utilizzate in diverse forme e da diverse angolazioni. All'inizio è meglio non cercare di eliminare il sintomo, ma osservarne la manifestazione, prima e dopo l'applicazione delle tecniche prescelte. (Vela, punto 22.8, pag. 86)

In un'altro brano, in cui egli parlava del prurito, Sándor ribadisce questo pensiero:

Quindi, i metodi della psicoterapia organismica si possono utilizzare con prudenza, e non è necessario trattare la molteplicità dei sintomi con una molteplicità di tecniche. E' naturale che le malattie organiche eventualmente esistenti devono essere individuate e curate da medici con un'ampia visione. Specialmente su questo aspetto, è dannoso cercare di eliminare i sintomi, nonostante esistano pareri contrari, giacché sicuramente

riappariranno a volte in un altro circuito funzionale, per esempio, invece del prurito alla nuca, un prurito anale o fra le dita. (Vela, 8.11, p. 38)

Tuttavia, le tecniche della psicoterapia organismica possono essere utilizzate in quest'area con grande beneficio, specialmente se non ci si lascia impressionare dalla molteplicità dei sintomi, spesso persistenti. Si applichino gli interventi necessari con calma, sempre osservando una delle regole basilari: non affrontare immediatamente la zona del disturbo principale. Il conseguente peggioramento o l'iniziale intensificazione dei sintomi non necessariamente significano un "aggravamento" del disturbo ma anzi l'efficacia della tecnica applicata. Naturalmente, dobbiamo evitare atteggiamenti rigidi, troppo entusiastici o, peggio ancora, carismatici, che fanno soffrire inutilmente i pazienti. Anche se il medico o lo specialista hanno rilevato un disturbo *vegetativo* e cioè, senza lesione organica, e anche senza *evidenti cause psichiche inconscie*, dobbiamo ricordare che un chiaro disturbo "funzionale" può trasformarsi in un processo realmente patologico in qualsiasi momento. I modi in cui gli organi reagiscono, condizionati da fattori esogeni o endogeni, possono essere molto diversi. E inoltre, fattori qualitativamente diversi, ma con effetti altrettanto intensi, non provocheranno necessariamente gli stessi sintomi, sia in termini somatici che psichici. Allo stesso tempo, uno stress della stessa qualità e intensità può causare lesioni molto diverse in persone diverse. (Vela, punto 12, pag. 59)

Perciò, le tecniche della psicoterapia organismica possono essere applicate su una vastità di aree, giacché la maggior parte delle patologie comprendono chiari squilibri psicologici e neurovegetativi. È importante non orientarsi esclusivamente in base alla diagnosi "ufficiale", ma osservare attentamente le componenti psico-fisiche ed essere pronti a lavorare in entrambe le categorie contemporaneamente, sapendo che potrebbero anche esserci fattori o disturbi "sottostanti" che si estendono a momenti transpersonali. (Vela, punto 7, pag. 71)

Quelli che seguono sono i brani che mostrano l'interscambio fra processi fisici e psichici. I processi fisici possono non presentare cause

organiche dimostrate, giacché hanno origine psichica, mentre i processi psichici possono diventare organici e funzionali.

Inoltre, quando Sándor parla del morbo di Crohn e della colite ulcerosa egli dice:

Il fatto che tali disturbi abbiano inizio in un determinato periodo, può essere un'ulteriore indicazione che le "ulcerazioni" e le "infiammazioni" fossero già iniziate nell'area psichica e la somatizzazione può indicare che certi contenuti inconsci non potevano essere facilmente assimilati, *creando così quella situazione di "vulnerabilità" che agisce sia dalla psiche al soma che dal soma alla psiche.*

Il sollievo, e in qualche misura la riorganizzazione dei tessuti e la ricostituzione del plesso nervoso intramurale degli intestini, sono solo alcuni dei risultati che si possono ottenere con una psicoterapia organismica. È possibile un ristabilimento delle condizioni per un fluire più libero dell'energia psichica, in tal modo si aiuta l'organismo a utilizzare le proprie risorse. *Le parole, come sappiamo, non sono ancora in grado di includere tutte le esperienze psico-fisiche. Ma chi ha occhi per vedere, veda... (Vela, voce 6.9, p. 68, e punto 7, p. 71)*

Giacché, nella maggior parte dei casi, si tratta di reazioni del sistema vegetativo, le tecniche della terapia organismica possono avere un utilizzo ampio e diversificato. Si consiglia solo, ancora una volta, di non avere una tecnica "per questo" o "per quello" poiché è possibile scegliere, fra tutte le modalità, gli interventi necessari ed efficaci a seconda del quadro clinico.

Le tecniche che utilizzeremo dipendono quindi da quali sono le zone più colpite dalla sintomatologia, dall'età dei pazienti e dalla possibilità di applicazione delle sequenze terapeutiche. È importante non lasciarsi impressionare dalla diversità delle manifestazioni, né dall'agitazione o disperazione dei familiari, né tanto meno da una diagnosi chiaramente negativa. Abbiamo sempre a che fare con un essere umano, con un sistema psicofisico turbato a diversi livelli, e anche in una situazione simile è possibile applicare i principi e la pratica della psicoterapia organismica. [Vela, punto 10.9, pag. 46]

È chiaro che, di fronte a tante cause e a una sintomatologia così varia, i benefici delle procedure della psicoterapia organismica possono essere solo gradualmente. Tuttavia si

può sempre contare su un reale effetto di sollievo, eliminando le tensioni secondarie e migliorando l'irrigazione arteriosa, il ritorno venoso e il flusso linfatico, con effetti positivi sulla disposizione psichica. Non dobbiamo omettere di indagare sulle cause psichiche sottostanti (sogni, fantasie, presentimenti) e sul possibile significato simbolico del sintomo (generale e individuale). (*Vela*, punto 13.9, pag. 57)

E' stato spesso osservato che durante le applicazioni delle tecniche della psicoterapia organismica, ma anche di altre tecniche, un buon numero di pazienti si addormentano e arrivano anche a sognare. In generale è consigliabile continuare con le sequenze già avviate.

Il materiale onirico che emerge in questo modo va trattato in generale come i sogni. Succede che all'inizio di una psicoterapia organismica, per un certo periodo, i pazienti cominciano a dormire molto di più, spesso anche troppo (12-15 ore al giorno).

Si tratta sempre di un sovraccarico psichico, di frustrazioni, di delusioni e, qualche volta di una preparazione ad impulsi molto intensi in un futuro prossimo.

In diversi casi, anche la frequenza e l'intensità dei sogni aumenta sensibilmente, come conseguenza natural sia di stimoli ricevuti in termini somatici (rilassamento, decontrazione frazionata, alleggerimento) che anche per effetto di sedute di psicoterapia che comprendono l'indagine dei sogni, delle fantasie e percezioni, dei disegni, delle associazioni, e così via.

Occorre qui sottolineare con enfasi che è necessario avvertire i pazienti di non parlare dei loro sogni né della terapia in generale con i famigliari, gli amici o colleghi di lavoro, in situazioni sociali (o dal parrucchiere!), perché si può verificare una "perdita" di dinamismo terapeutico. Questo atteggiamento introdurrebbe nel processo elementi che devono essere trattati in altro modo nel corso della terapia e costituirebbero un vero "deterioramento" o "deviazione" psichica.

E' inoltre consigliabile prestare attenzione al fatto che tra il sonno e la veglia è possibile che si verifichino, a livelli diversi, stati alterati di coscienza, particolarmente favoriti e stimolati, non volutamente, dall'uso delle tecniche corporee.

Poiché il paziente diventa molto suggestionabile, è importante stare attenti alle nostre parole, ai gesti, alla postura, allo sguardo, all'intonazione della voce, ecc., per non creare impressioni subliminali o reali che potrebbero influenzare il comportamento, la disposizione, le fantasie e l'auto-percezione del paziente in modo unilaterale, inutilmente accentuato o "ottuso".

Intraprendere un percorso di psicoterapia in maniera consapevole (quale che sia la scuola) rappresenta di per sé un notevole sovraccarico per i pazienti (ora parliamo solo di loro!), nell'insieme della loro organizzazione biopsichica, esistenziale e spirituale. Essi devono affrontare una serie di nuovi adattamenti e riaggiustamenti multidimensionali poiché anche l'inconscio collettivo ne è coinvolto. Per questo non è obbligatorio sottoporsi a una terapia esclusivamente "jungghiana". (Vela, voce 28.14, p. 111).

Infine, il professor Sándor si pone la seguente domanda: *"E in questi casi, che valore hanno le tecniche della psicoterapia organismica?"* Alla quale risponde:

Molto maggiore di quanto non si pensi. Indipendentemente dall'etichetta socio-psicologica professionale, pur necessaria, le frustrazioni, i blocchi, la disperazione, la demotivazione indicano una direzione inadeguata dell'energia della psiche (libido/eros) e cioè, la mancanza di un rapporto dinamico e armonioso tra i contenuti consci e inconsci all'interno delle variazioni individuali. In questi casi non dobbiamo metterci a disquisire prima del tempo sulle possibilità o le probabilità di un'eventuale prestazione. Anche nei casi di disturbi evidenti, se il paziente fa una richiesta, dobbiamo fornire gli stimoli ed eseguire le sequenze che appaiono come le più adeguate alle necessità della persona in quel momento. La pianificazione deve essere elastica e proporre sempre modalità di intervento che meglio corrispondono alle esigenze del momento. Sapendo che si tratta di una persona che, in una certa misura, è psichicamente e fisicamente disattivata o devitalizzata, l'inizio del nostro intervento professionale deve essere delicato e prudente, senza promettere nulla e senza sottolineare risultati né formulare prognosi che possano creare aspettative e speranze premature. E se il terapeuta si sente confuso di fronte a tante

richieste diverse, a tante resistenze, aspirazioni e scoramenti, di fronte a tutto il peso che dovrà affrontare, può sempre guardare per un attimo dentro di sé e dire: "Questa persona ha perso i suoi punti di appoggio. Proviamo a guidarla verso un recupero e un rinnovamento". In questa formulazione concisa risiede la diagnosi dei disturbi esposti e del percorso terapeutico. (Vela, punto 30.6, p. 119)

Sul nuovo terapeuta: consigli e riflessioni

Il professor Sándor ha sempre rispettato e tenuto in gran considerazione le pratiche terapeutiche e mediche dei diversi campi della ricerca e dello sviluppo scientifico. Inoltre, ha sempre sottolineato la complementarietà delle varie scienze e non la sostituzione di una con l'altra. Questo appare molto chiaramente nei paragrafi che seguono.

Per quanto riguarda l'operato dello psicologo di fronte alle manifestazioni dolorose, dobbiamo sottolineare che tale sintomatologia appartiene alla medicina. Tuttavia, come è stato spesso notato, le tecniche della psicoterapia organismica, senza avanzare alcuna pretesa, spesso alleviano o mettono fine alle manifestazioni dolorose. Certamente si tratta di un'alterazione delle tensioni e delle conseguenze che queste hanno sulla muscolatura liscia e striata (le viscere!). Lo psicologo non dovrà mai accettare di "fare qualcosa" contro il mal di testa, il torcicollo, il dolore alle spalle, alle tube, le coliche, ecc. Egli cioè non "cura" i sintomi o i mali che appartengono al campo della medicina. Ma sappiamo anche che questi disturbi sono dovuti, molto più di quanto non si pensi, oltre che a fattori consci anche a fattori inconsci. Quando non sono consapevoli, preferiscono le vie nervose, specialmente del sistema vegetativo, per manifestarsi attraverso una più svariata sintomatologia, per esempio quella viscerale. Questo avviene anche se, nella maggior parte dei casi, non sappiamo ancora *come* avviene. In questi casi le tecniche organismiche di psicoterapia possono dare un contributo notevole attraverso il rilassamento, la decompressione frazionata, il massaggio integrativo, il riequilibrio dei punti di sostegno,

le tecniche di stiramento, le riorganizzazioni miofasciali, nonché con le procedure di altri metodi attendibili.

La maggior parte dei medici non è ancora bene informata sulla portata di queste possibilità, e spesso essi assumono a questo riguardo un atteggiamento serio, se non ostile. Per questo è preferibile non discutere, non cercare di convincere, o proporre "dimostrazioni". Col tempo, attraverso congressi, convegni, tavole rotonde, conferenze o colloqui, questi temi saranno *gradualmente chiariti*. In un certo senso, l'approccio della psicoterapia che opera per un'integrazione psicofisica è molto diverso da quello del medico. Questo fatto, tuttavia, non deve creare animosità, ma al contrario, un avvicinamento attraverso attente spiegazioni reciproche, a beneficio di una proficua cooperazione multidisciplinare. Naturalmente intendiamo includere anche la logopedia, la terapia occupazionale, la fisioterapia, l'arte-terapia e l'assistenza sociale. (Vela, punti 15 e 16, p. 6).

Più avanti, quando parla del sintomo del mal di testa, Sándor sottolinea:

Non vi è dubbio che una parte delle *psiconevrosi* presentano diverse sintomatologie nell'area somatica e tra queste figura, fino a un certo punto, il mal di testa. È regola generale che, anche nei casi di nevrosi conclamata, dobbiamo considerare alcuni disturbi come psicogeni solo se i medici hanno escluso tutte le possibilità di disturbi organici. Come abbiamo rilevato in precedenza, i pazienti con nevrosi e psicosi possono anche soffrire di altre malattie come, per esempio, tumori o arteriosclerosi. Allo stesso modo, così come malattie organiche possono essere "punti di partenza" di disturbi nevrotici, sulla sintomatologia "funzionale" si può sviluppare, con il passar del tempo, una malattia organica. Per esempio, una "iper-acidità" funzionale dello stomaco può creare le basi per l'ulcera e per alterazioni anatomiche irreversibili (restringimento del piloro). Oppure, le oscillazioni della pressione sanguigna di origine "nervosa" possono causare alterazioni patologiche sulla parete dei vasi, o malattie renali. (Vela, punto 25.2, p. 11)

E in un'altra sezione si legge:

I pazienti devono essere attentamente esaminati da specialisti per ottenere un quadro più chiaro possibile della loro condizione somatica, avendo cura, specialmente nel caso di disturbi funzionali, che il paziente non si fissi su un organo (cuore), o su un quadro patologico (infarto, angina pectoris, insufficienza coronarica, ecc). Con la stessa cura si deve valutare il quadro psichico, in modo che il possibile disturbo "funzionale" che risulta dalle analisi non sia considerato solo come una "diagnosi per esclusione". In questi casi è certamente indicata la psicoterapia, ma solo se eseguita da professionisti molto preparati e non soltanto dal medico clinico che "in caso di necessità, fa anche psicoterapia". Certamente è possibile che tra di loro esistano personalità la cui presenza, parola e pratica hanno un effetto psicoterapeutico molto efficace. (Vela, punto 2.21, p. 20)

Sándor ci ha sempre raccomandato di dare importanza all'osservazione dei fatti e dei fenomeni. Per lui, più che le teorie - pur conoscendone molte, e forse proprio per questo - si deve considerare innanzitutto la manifestazione dei fenomeni:

Ancora una volta dobbiamo sottolineare che una dipendenza troppo rigida del terapeuta dalla sua "scuola" o "linea teorica" può perfino accentuare inutilmente punti meno importanti o sottovalutare segni più significativi.

In realtà, la psicoterapia organismica, nella sua versione aggiornata, dovrebbe essere aperta a tutte le "linee", teorie e considerazioni relative alla comprensione dell'organizzazione psicomotoria e psico-vegetativa. Come abbiamo già detto, nessuna di esse, ingloba tutta la complessità di questa tematica.

Al giorno d'oggi emergono sempre più punti di vista metafisico-transpersonali e trascendentali che contrastano con le varie ideologie materialistiche, cosmo-visioni filosofiche e confessionali delle più diverse. La nascita di una nuova visione sintetica, accessibile a tutti, richiede un periodo non breve. Una visione che nella sua totalità comprenda le aree dell'esistenza e dell'esperienza umana, compresa la "scienza" ... (Vela, punto 24.8, pag. 89)

In un altro momento, Sandor scrive:

È interessante e anche istruttivo osservare la resistenza dei professionisti, perfino nel campo della psicologia, nel prendere in considerazione il punto di vista della psicoterapia organismica. Certo non è facile quando qualcuno vuole ampliare la propria visione oltre i grafici, le sigle, i dati statistici, i risultati di laboratorio e i manuali di esami.

Jung ha spiegato che in realtà molti non desiderano in alcun modo saperne di più su se stessi, e anche che ogni nuovo paziente porta un messaggio su alcuni punti ciechi del terapeuta. Per questo dobbiamo essere pronti a "re-imparare incessantemente", ed è certo che questo debba avvenire ogni giorno e ad ogni seduta terapeutica, altrimenti non saremo in condizione di aiutare a liberare e "rigenerare" il dinamismo dissolto e bloccato di coloro che cercano il nostro aiuto.

Inoltre, abbiamo già parlato dell'importanza dei motivi dell'azione individuale nella sfera sociale giacché questi influenzano chiaramente il comportamento. Abbiamo spesso osservato e descritto come le anomalie funzionali di tipo somatico derivano da una scarsa o insoddisfacente integrazione sociale, causando tensioni affettive croniche o radicate, con conseguenti alterazioni del tono muscolare e viscerale. Per questo i processi socio-somatici sono componenti essenziali della condizione psicosomatica. *Il terapeuta che opera nel campo della psicoterapia organismica deve possedere, quindi, le conoscenze, la capacità e l'esperienza per valutare la situazione socio-psicologica e sociologica nell'esplorazione e nel trattamento dei disturbi psico-vegetativi* [il corsivo è mio] (Vela, punto 24.7, pag. 89)

Sulla regolazione somatica

Il trattamento simultaneo o complementare, una terapia cioè che considera sia il malessere psichico (soggettivo e oggettivo) che la labilità neurovegetativa nonché i disturbi nella regolazione somatica, deve sempre far parte della visione della psicoterapia organismica (approccio multidimensionale).

Quindi, per avere un quadro sintetico, possiamo ritenere che, nei casi di una maggiore o minore disgregazione dell'equilibrio psico-fisico, operino sia aspetti psicodinamici che fisiologici.

Esiste una tendenza a considerare tutto questo solo dal punto di vista di una mancanza di coordinazione "biotecnica" (biofisica, biochimica, immunologica, ecc.). Ma questo non soddisfa certo coloro che guardano all'immenso campo dell'esperienza umana, con i suoi numerosi processi consci ed inconsci, e vi vedono in realtà l'origine di qualsiasi squilibrio vitale, compresi i difetti genetici.

Non si può ignorare il ruolo delle forze pulsionali e archetipo-esistenziali inconse. Più si alimenta la sindrome di un dinamismo nevrotico, più i processi inconsci partecipano all'origine e all'instaurarsi di stimolazioni nervose "spurie" negli organi interni. (Vela, punto 24.7, pag. 89)

Reazioni di adattamento dell'essere umano nel mondo attuale

Poiché come esseri umani ci percepiamo come unità all'interno di unità più grandi, e anche oltre, è naturale che la nostra capacità di adattamento deve essere sufficientemente elastica per rispondere alle costanti esigenze psico-neuro-immuno-endocrinologiche.

Nelle descrizioni qui sopra, abbiamo messo in risalto gli aspetti biologici e fisiologici. Ma chi studia questi argomenti deve essere già sufficientemente preparato non solo a immaginare, ma anche a comprendere le implicazioni e le conseguenze in termini psicologici, sia per quanto riguarda gli aspetti coscienti che quelli inconsci, nonché le molteplici reazioni, inclinazioni, la fenomenologia e l'*energetica*.

Sembra compiersi una "sinistra cospirazione " che cerca di minare la sana adattabilità dell'organizzazione psicofisica dell'essere umano, e che fa affrontare tutto "a rovescio" spingendo a reagire in modo negativo e insufficiente.

A debilitare profondamente la capacità dell'essere umano di reagire in modo adeguato ai numerosi stimoli provenienti dal pianeta, dal sistema solare e dai diversi punti dell'Universo che al giorno d'oggi sono in evidente accelerazione concorrono gli stupefacenti, il tabacco, le innumerevoli proposte senza criteri rigorosi come la pillola, gli ultrasuoni, i sedativi, i tranquillanti, i composti psicotropici e altro, somministrati solo per gli effetti sintomatologici, come pure certe applicazioni e prescrizioni superficiali comprese l'omeopatia e l'agopuntura; l'uso e l'abuso della credulità e delle superstizioni;

l'inquinamento sonoro, visivo, tattile, del gusto e dell'olfatto. [Vela, articoli 29.14 e 29.15, p. 115]

Negli ultimi decenni, il manifestarsi di disturbi psicosomatici è cresciuto anche nelle persone considerate esenti da malattie palesi.

Nel corso di un congresso internazionale sulla medicina psicosomatica (Gerusalemme, 1979) è stato individuato e discusso l'intensificarsi di questi disturbi in diversi gruppi della popolazione: minoranze politiche, discriminati sociali, detenuti, parenti di defunti e di appartenenti ad alcune classi sociali, tanto che sono emerse informazioni sorprendenti anche rispetto alle culture "primitive", considerate "sane" e senza nevrosi, per esempio: gli uomini in Ghana e in India soffrono di stipsi più degli uomini dell'Europa centrale.

I disturbi vegetativi appaiono essere sempre in aumento in Algeria, Indonesia e Perù. In Nigeria l'84% della popolazione "normale" presenta sintomi psicosomatici. Al giorno d'oggi è ormai indiscutibile che episodi psichici possono constatarsi anche nei disturbi puramente somatici, e non solo nei disturbi originariamente considerati come specificamente "psicosomatici".

Già 30 anni fa appariva evidente che in certe popolazioni, le persone più colpite da questi sintomi erano quelle insoddisfatte, infelici, insicure, che soffrivano di vari problemi personali. Inoltre, il numero di malattie somatiche era cresciuto parallelamente ai disturbi emotivi e alle difficoltà di adattamento e le persone affette presentavano problemi di salute fra i più diversi e non specificamente "psicosomatici", come reazione a condizioni esistenziali e al rapporto con l'ambiente. Alcuni autori sostengono che ogni malattia è psicosomatica.

D'altro canto, si nota una forte tendenza a voler ritrovare i "ritmi perduti" o a ristabilire la ritmicità disturbata. C'è infatti un ritrovato interesse per le danze popolari, la ceramica, l'artigianato popolare, per le arti "primitive" o i lavori manuali (come la tessitura, il ricamo, il merletto, la calza e l'uncinetto) e l'allenamento fisico (come arti marziali, tai chi e diversi tipi di massaggi).

L'unilateralità che per un certo tempo tiene conto della coscienza sarà inevitabilmente compensata da modifiche, correzioni e aggiustamenti inconsci. Pare che

questo processo, che in termini Jungiani è chiamato individuazione, irrompa con estensione e accelerazione sempre maggiori, e i terapeuti devono essere adeguatamente preparati per poter affrontare sia le manifestazioni cosce e inconscie che i problemi di tipo somatico. Un attento collegamento di queste categorie ci aiuta ad affrontare con maggiore efficacia le necessità umane e contribuire a soddisfare esigenze di più ampia portata, a cui la collettività dovrà corrispondere.

Qui la psicoterapia organismica potrà essere utilizzata con grande beneficio, ma sempre con discernimento e visione sintetica. Visto che la psiche umana ha una tendenza archetipica a concretizzare per esprimere idee, emozioni e propositi superiori attraverso sensazioni corporee e immagini oniriche, se prendiamo il cammino inverso e utilizziamo stimoli corporei adeguati, possiamo effettuare i cambiamenti giusti e armoniosi nell'organizzazione psichica, e osservare il rinnovamento attraverso il monitoraggio di sogni e fantasie. (Vela, articoli 21.10 e 21.11, p. 83)

La psiche, il destino e la vita

La psiche è una dimensione soggettiva e non semplicemente un prodotto della volontà della coscienza. In ogni psicoterapia efficace dobbiamo fare i conti con le manifestazioni spesso incomprensibili della natura ...

E' una legge psichica che l'individuo è destinato a doversi sempre confrontare con ciò che preferisce evitare, che teme e che lo "minaccia", anche se in modo inconscio.

Dobbiamo essere consapevoli anche del fatto che nei nostri sogni più intensi svolgono un'azione di compensazione. Ma tutto ciò che ci colpisce in modo doloroso, che genera angoscia e ci fa soffrire, porta alla luce i nostri punti deboli e vulnerabili, e talvolta può anche essere il germe di un cambiamento radicale, come programma di mesi o anni.

E dobbiamo anche ricordare a noi stessi che la nostra forza risiede in quella disposizione psicologica per cui l'Io sa discernere, decidere e agire in libertà, grazie alla quale si basa su se stesso e sa comunicare con il suo ambiente più o meno allargato, con

sincerità indipendente. Se rimane debole, continuerà ad essere dipendente, confuso, indifferenziato e soggetto a variazioni imposte, inevitabilmente influenzate da fattori interni ed esterni. (Vela, voce 28.14, p. 111-112)

L'altalena degli opposti ...

Ma la debolezza e la forza fanno l'uomo intero, anche se non integrato, così come è ed esiste. Tali forze e debolezze si presentano nell'attività onirica: da un lato come *istinto* (questo potere originale e necessario per garantire ciò che è acquisito e confermato e difenderlo dalla confusione) e dall'altro lato, come potere *creativo* della vita psichica che si sforza di manifestarsi e concretizzarsi, che esige sempre nuovi movimenti e trasmutazioni.

E i sogni mostrano tutto questo, a volte chiaramente, a volte in forma più densa e quasi incomprensibile e indecifrabile.

Si dice che il *temperamento* individuale si compone a partire dalla rappresentazione diseguale di questi due fattori, ma non sempre è possibile osservarne la composizione. È anche risaputo che un'eccessiva solidificazione porta alla pietrificazione e che una variazione eccessiva non consente la creazione di qualcosa di durevole.

Questa regola psichica serve non solo per l'individuo, ma costituisce anche un fenomeno storico-sociale giacché, consapevoli o meno, che ci piaccia o no, siamo tutti immersi nei problemi del nostro tempo. E tale condizione non solo si diffonde fra gli individui, ma crea in essi anche le motivazioni più diverse.

Il sogno, quindi, mostra anche la dimensione e il percorso di questa partecipazione "obbligatoria" ... (Vela, voce 28.14, p. 112)

E su Jung e la sua visione dell'uomo:

Jung sottolinea spesso che la psiche è un grande sistema di adattamento e la "realtà psichica" si trova ancora nella sua unità primordiale, in attesa del progresso della coscienza umana che le permetta di apprezzare la diversità dei fenomeni psichici attraverso la visione integrata di un *significato*.

Diversamente, una parte della psiche sarà violata da spiegazioni unilaterali troppo razionali, che non tengono conto degli aspetti che si manifestano sia attraverso la mitologia, i costumi e le tradizioni, che nelle osservazioni sincretiche o perfino superstiziose o ancora attraverso le religioni e le elucubrazioni filosofiche. Certamente esiste nell'essere umano l'impulso innato a cercare attraverso mete, scopi e propositi fra i più diversi e alternativi, almeno una parvenza di integrazione, come coronamento completo. Il quale tuttavia per il momento ci invia segni, attraverso diverse segnalazioni istintive, pulsionali, intuitive e ispiratrici che indicano un *significato più grande e comprensivo*.

E quando questa pienezza ci tocca e ci influenza, facendoci sentire a volte quasi "rapiti" in essa, anche se solo per qualche secondo, tale percezione, visione o intuizione può esprimersi stranamente con un "bagnarsi" degli occhi (e qui compare il simbolo del *mare*), che si riempiono di lacrime ...

E' come se ognuno di noi portasse dentro di sé frammenti di ricordi sepolti di questa realtà originaria che, come le dinamiche archetipiche in generale, si manifesta attraverso momenti affettivi-emotivi senza una causa apparente o reale.

A volte basta un cambiamento nel timbro della voce, i balbettii di un neonato, lo sguardo di una persona anziana che implora un po' di tenerezza, un uccello che si libra nel cielo, il verde bocciolo su un cespuglio e/o molti altri segni maggiori o minori, perché il flusso dinamico dell'inconscio mobiliti sentimenti che si manifestano attraverso espressioni psico-vegetative. (Vela, voce 25,7, p. 94)

Gli alchimisti affermavano correttamente: "Ars requirit totum hominem" (L'arte richiede l'uomo intero). La nostra coscienza non è mai "intera". Solo questa presa di coscienza per mezzo di un afflusso divino può essere vista come un'approssimazione dell'"intero". Il pensiero astratto non può condurci oltre, ci porta solo a nozioni già formulate, sempre utilizzate come scudo o vie di fuga. In questo modo hanno la caratteristica di impedire la realizzazione del *tutto*. E dove non possiamo procedere attivamente è il punto dove subiamo l'azione, e allora non siamo più la mano che brandisce la mazza ma la mazza brandita, o qualsiasi altro strumento che non è "padrone di se stesso". Poiché l'essere umano ha la libertà di scegliere la propria direzione, è anche

libero di essere coinvolto nelle complessità e, a tempo debito, incontrarsi con la realtà del suo inconscio, di rimuginarci sopra e allontanarsi dalla verità della natura ... La prima metà della verità è proprio nelle mani dell'uomo, ma la seconda metà è nelle mani di *quello* che è più grande di noi. Nel primo caso possiamo essere attivi, ma nel secondo siamo inevitabilmente passivi e cioè, ci passiamo attraverso. E qui nessuna filosofia saprà aiutarci, potrà solo ingannarci. Questo deplorabile vuoto spirituale in cui viviamo oggi non può essere riempito con parole, ma solo con la nostra totale partecipazione cioè, mitologicamente parlando, con il volontario sacrificio di sé, o almeno con la nostra disponibilità a realizzarlo. Ma non siamo nemmeno in condizione di stabilire da soli la natura di questo sacrificio. Tale condizione dipende dall' "altra parte". Il processo di individuazione, cioè il diventare un *tutto*, comprende per definizione l'intero fenomeno umano e l'intero enigma della natura, la cui separazione in aspetti fisici e spirituali rappresenta solo una discriminazione, che serve alla conoscenza umana... (Vela, punto 30.5, p. 118)

I brani tratti dal libretto Vela sopra trascritto sono parti "cucite insieme", prese da articoli diversi. I primi trattano di una sintomatologia più organica (come il mal di testa, difficoltà respiratorie, problemi gastrici e altri), mentre negli articoli finali emergono aspetti più collegati alla psicologia (il sonno, il sogno, e il rilassamento). L'ultimo brano si occupa di una sintomatologia esistenziale: "Non riesco a sopportare le responsabilità, gli impegni obbligatori ... le richieste ... i pesi ... le cariche professionali ... sociali ... religiose ... ideologiche ... gli oneri familiari ..." A partire da questi problemi, Sándor ha prodotto un bellissimo testo, che abbiamo pubblicato separatamente in un libretto dal titolo "L'Individuazione". *E lo riportiamo qui di seguito.*

L'Individuazione

Secondo la psicosomatica il nostro corpo è circondato dalla nostra realtà individuale, che sarebbe un involucro rigido, ma invisibile all'osservatore. Il corpo e la realtà individuale sono come due compartimenti, diciamo come due organi di un organismo più grande, che eseguono funzioni specifiche l'uno per l'altro e per l'intero sistema. Il costante smontaggio e rimontaggio dell'"organo", realtà individuale, potrebbe essere paragonato al metabolismo dell'"organo" pelle, le cui cellule sono sottoposte ad un costante rinnovamento. La pelle e la realtà individuale funzionano come una membrana di confine, con compiti di selezione e comunicazione nell'interscambio con l'ambiente. Le malattie della pelle che ostacolano lo svolgimento delle attività di selezione e di comunicazione con l'ambiente e la loro efficacia reciproca con le altre parti dell'organismo, si curano in dermatologia. Le "malattie" della realtà individuale e cioè, di quell'invisibile "buccia" all'interno della quale l'individuo fa esperienza del suo ambiente quando interpreta la programmazione della sua fantasia (lo scenario interno) e che è sempre e ripetutamente smontata e riassembleta in ogni situazione, e gli effetti reciproci in relazione con il corpo, sono il tema della visione psicosomatica. Probabilmente noi parleremo di problemi della perdita e del riadeguamento dei punti di sostegno psicofisico.

Poiché non è possibile osservare in modo diretto le alterazioni di questo "organo", è molto più difficile da comprendere e descriverne i processi, anche se l'individuo li vive in modo molto più intenso dei processi dell'area cutanea. Jung avvertiva che non dobbiamo supporre che la nostra propria psicologia esista in altri. Tuttavia, la maggior parte delle persone sono convinte che la realtà, come loro la vivono, sia uguale per tutti gli altri. La convinzione radicata che tutti noi viviamo una stessa realtà, non consente l'emergere dell'idea che in altri la realtà può essere molto diversa dalla nostra e che tutti noi costruiamo realtà con significati differenti a partire dagli stessi fatti neutri. È per questo che le descrizioni dei casi che mostrano come i pazienti stessi vivono la loro realtà sono così importanti. La comprensione

delle realtà individuali delle persone malate, nevrotiche, ecc. è un compito delicato perché, già ai primi tentativi, i modelli astratti iniziano ad essere impregnati di dinamismo vitale. È importante che la struttura spazio-temporale della realtà individuale rimanga intatta. Ma succede spesso che questa "crolli" quando l'intensità di una situazione supera la misura sopportabile e, né l'autocontrollo né le solide considerazioni forniscono una via d'uscita tollerabile. In termini biologici tale regressione - perché è di questo che si tratta - ad una condizione indifferenziata ha senso, perché può mobilitare forze mai immaginate che aiuteranno a risolvere una condizione bloccata.

Jung spiega tutto questo in modo eccezionale (soprattutto all'inizio di "Seminari sulle Visioni"), in relazione ai momenti nei quali la "funzione inferiore" assume la guida. Naturalmente, tale condizione di sforzo supremo o di suprema apatia, nel lungo periodo non corrisponde alla vita; ne sono esempio le morti improvvise in situazioni di estremo carico psichico. Forme meno minacciose di dissoluzione della realtà individuale sono "il riflesso del cadavere" (studiato e descritto soprattutto da Kretschmer) e la temporanea perdita di coscienza.

I problemi relativi al "peso" eccessivo delle responsabilità, agli impegni, agli oneri (professionali, familiari, esistenziali) indicano chiaramente certe imposizioni e alterazioni coesistenti con la realtà individuale. Nella maggior parte dei casi queste situazioni causano reazioni psico-fisiche o psicosomatiche, a seconda della maggiore o minore partecipazione di uno o dell'altro "lato". A questo proposito, ricordiamo il disegno di Frankl, qui di seguito

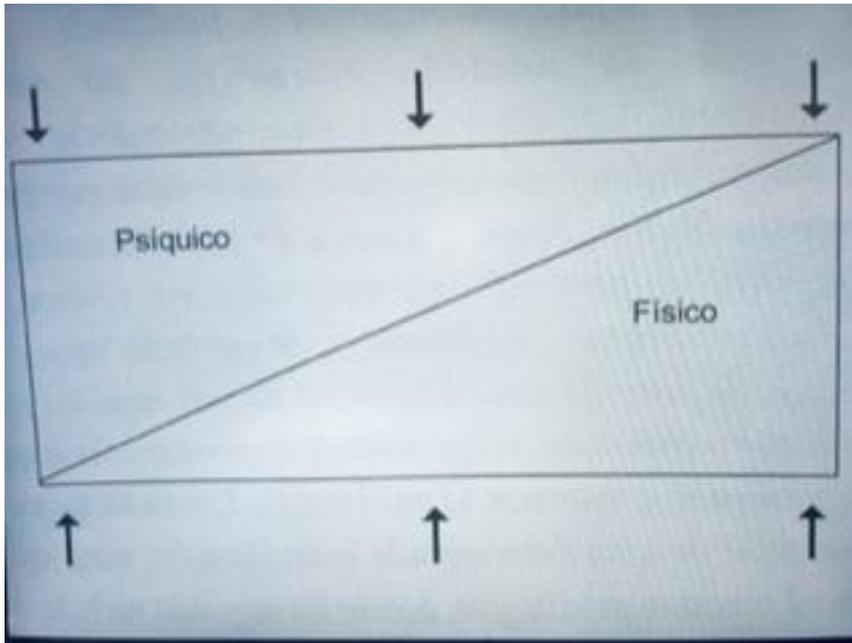


Figura 1 Il disegno di Frankl rappresenta l'organismo. Le frecce indicano una maggiore o minore partecipazione degli aspetti psichici e somatici, a seconda della sindrome di cui soffre la persona.

Nelle persone con sindromi funzionali e con ipocondria, tale condizione è importante per la possibilità di una regressione e di una "rivisitazione" di alcune fasi del passato. Esistono persone con sensibilità vegetativa nelle quali tutto il dinamismo alla fine si riduce a una rassegnazione amara e senza speranza. "Non vogliono combattere", "perdono", "non riescono più a sopportare", e per questo le fonti di un'attività spontanea si prosciugano. È come se, con la disattivazione della realtà individuale, il corpo perde una funzione protettiva importante e si apre ad una resa passiva e silenziosa, a una malattia organica, generalmente irreversibile. Ogni tanto appaiono i sensi di colpa, che molte volte sono interpretati come aggressioni da parte dell'ambiente e dirette verso se stessi. Ma la questione è molto più complessa perché, come si può osservare, agiscono anche le dinamiche archetipiche, programmate ma non utilizzate e non assimilate o messe in pratica a livello quotidiano e non trasmesse agli altri con l'apertura adeguata.

In questo contesto, pensiamo in termini junghiani anche i numerosi inciampi e possibili cadute nel corso del processo di un'individuazione che sia, come processo, la realizzazione empirica della totalità psichica, il divenire consapevoli dell'unità strutturale dell'individuo (individualità). Questo produce la definizione dell' "Io" nella totalità delle condizioni psichiche, sempre costellate da ciascun momento psicologico presente. Quindi, l'obiettivo dell'individuazione è lo sviluppo della personalità individuale nel senso di una singolarità strutturale. Questo costituisce da un lato una condizione aprioristica e, dall'altro è una disposizione, un particolare stile o modo con il quale un individuo reagisce di fronte alle componenti psichico-

collettive esterne e interne (Toni Wolff). Si potrebbe parlare di una individuazione specifica per ogni gruppo di età ma questa individuazione, come processo psicologico fondamentale, avviene durante la seconda metà della vita. Perciò l'individuazione può essere interpretata come il diventare se stessi. Tuttavia è naturale che il sé presenti sempre, a seconda dell'età e della situazione esistenziale, altri aspetti che devono essere necessariamente realizzati, poiché la psicologia dell'individuo è diversa nelle età che si susseguono. Ma il nucleo individuale può essere visibile in tutte le fasce d'età. Naturalmente, ogni fascia d'età ha i suoi problemi specifici, perciò una variazione individuale è sempre possibile, ma non saranno mai deviazioni o sottrazioni arbitrarie, senza turbamenti decisivi, cioè senza la separazione dalle leggi psichiche fondamentali. L'intera costellazione psichica, lasciata in uno stato di incoscienza per inerzia, disattenzione o paura, ha un'efficacia e intensità energetica che, quando la persona se ne dissocia, si trasferisce all'ambiente e agli oggetti con i quali è fortemente connessa.

Di conseguenza anche gli altri ne saranno influenzati e, in certe condizioni, saranno costretti ad assumere la quota psichica a loro delegata. L'altro quindi soffre gli effetti che l'individuo evita. Il processo di individuazione non crea una mancanza di relazione o un isolamento intoccabile ma, al contrario, è la base di una connessione assoluta con la condizione umana, di una partecipazione più consapevole e più vissuta...

Tuttavia, nella pratica, tutto questo non avviene senza ostacoli esterni e interni, e non è nemmeno necessario che la persona sia "schizofrenica" o "schizoide" per vedere in modo ristretto le azioni e le pretese degli altri e il significato del proprio "Io". Jung sottolinea che il modo normale di vedere, per quanto è possibile, consiste nella premessa filosofica di una "empatia verso tutte le cose" o qualcosa di simile (La "corrispondenza" o "empatia verso tutte le cose" è un'antica dottrina filosofica sulla relazione e la dipendenza empirica dei contenuti del cosmo. Essa si basa sulla convinzione che un principio divino universale si trova anche nella parte più minuscola e che per questo motivo è in accordo - "empatia", "corrispondenza" - con tutte le altre parti e con il tutto. Jung riteneva che tale idea fosse anticipatrice del concetto di sincronicità). Ed è proprio questa "empatia" che cessa in coloro che non hanno fatto uno sforzo, al momento opportuno, di pagare il proprio "tributo" alla natura o non hanno "sacrificato" quello che sarebbe stato necessario per liberarsi da determinati "ostacoli" ed essere in grado di fare il passo successivo verso l'individuazione. Tali "ostacoli" sono sempre indicati attraverso i sogni, e non si presentano concretamente, insieme alla soluzione. Ecco perché è necessario accertarsi di quello che propone l'inconscio, per adeguare la condotta di conseguenza. Le sincronicità possono indicare situazioni archetipiche e, laddove questo accade, c'è sempre un'allusione all'originaria unità integrata che può anche essere indicata da

fenomeni psico-somatici adeguati. Per quanto riguarda l'argomento in questione, l'incapacità ad assumersi responsabilità e impegni, di far fronte alle necessità, a sostenere incarichi e doveri fra i più diversi, è sempre in rapporto alla mancanza degli "adempimenti" necessari e cioè, la situazione psichica non è stata compresa e per questo è stata repressa. Perciò, come sottolinea Jung, quello che doveva esprimersi come "empatia verso tutte le cose" emergerà come un tentativo pseudo-razionalista di spiegare la mancanza di "empatia" cioè, al posto dell'eros inclusivo, comparirà il suo contrario, l'odio o l'angoscia separativi. Questo disturbo può iniziare a diventare "patologico" quando l'originale partecipazione più inclusiva si trasforma in negazioni basate su argomenti intellettual-plausibili che possono anche convincere le menti massificate. Ma è stato dimenticato, represso e "dissimulato" il significato interno di "empatia": un atteggiamento "religioso" (religio = osservazione attenta) che assicura gli strumenti appropriati ed evita le false soluzioni (Letters III, p. 148, et al.). Jung mette in evidenza che non è possibile spiegare questi argomenti alle persone poco intelligenti, perché saranno fraintesi. Ne' vale la pena cercare di spiegare l'argomento ad un accademico con una base "scientifica", poiché una formazione scientifica non sempre corrisponde a un'intelligenza superiore. Altrove (Letters III, p. 367-369), Jung fa notare che per la nostra coscienza non è possibile trovare un contatto con il proprio sé naturale (anthropos), perché questo significherebbe l'ampliamento della coscienza dell'Io nel "trascendente" che, per definizione, va oltre la capacità del divenire consapevoli ... giacché si tratta della totalità della la vita, che non possiamo rappresentare con gli strumenti della nostra coscienza. Non solo sono necessarie le nostre esperienze di vita e possibilità rappresentative, ma è anche necessaria una partecipazione reale ad un influxus divinus che si impadronisca della nostra intera esistenza e non solo delle nostre cosiddette forze spirituali, costrette nei limiti del nostro intelletto, della nostra intuizione e del nostro sentire. Gli alchimisti affermavano correttamente: Ars requirit totum hominem (l'Arte richiede l'uomo intero). La nostra coscienza non è mai "intera". Solo questo esser padroni della coscienza mediante l'influsso divino può essere visto come un'approssimazione del tutto. Il pensiero astratto non può andare più avanti, a meno che non arrivi fino a nozioni inventate, utilizzate sempre come scudo e vie di fuga, e che per questo hanno la caratteristica di ostacolare la realizzazione del tutto. E laddove non possiamo procedere attivamente, subiamo l'azione, e allora non siamo più la mano che brandisce la mazza, ma la mazza brandita o qualsiasi altro strumento che non ha "padronanza di sé". Poiché l'essere umano ha la libertà di scegliere la sua direzione, è anche libero di lasciarsi coinvolgere nelle complicazioni e, a tempo debito, affrontare la realtà del suo inconscio, rimuginarci sopra e allontanarsi dalla verità della natura... La prima metà della verità sta effettivamente nelle mani dell'uomo, ma la seconda metà, è nelle mani di ciò che è più grande di noi. Nel primo caso possiamo

essere attivi, ma nel secondo siamo inevitabilmente passivi, cioè, ci passiamo attraverso. Ed è qui che nessuna filosofia saprà aiutarci, potrà solo ingannarci, e questo deplorabile vuoto spirituale in cui viviamo oggi non può essere riempito con le parole, ma solo con una totale partecipazione. Mitologicamente parlando, questo significa, con il nostro sacrificio volontario o almeno la disponibilità a realizzarlo. Ma non siamo nelle condizioni di stabilire da soli la natura di questo sacrificio di sé. Tale condizione dipende dall' "altra parte". Il processo di individuazione, cioè il divenire un tutto, comprende per definizione, la totalità del fenomeno umano e l'intero enigma della natura, la cui separazione in aspetti fisici e spirituali rappresenta solo una discriminazione, a servizio della conoscenza umana ...

E in questi casi, che valore hanno le tecniche della psicoterapia organismica? Molto maggiore di quanto si possa pensare. Le frustrazioni, la rottura dei rapporti, la disperazione, la demotivazione indicano, indipendentemente dalla, pur necessaria, etichetta socio-psicologica professionale, una direzione inadeguata dell'energia psichica (libido) e cioè, la mancanza di un rapporto dinamico armonioso tra i contenuti consci e inconsci all'interno delle variazioni individuali. Qui non dobbiamo sottilizzare in anticipo, sulle possibilità o probabilità di una possibile prestazione. Anche nei casi di malattia conclamata, se il paziente fa una richiesta, dobbiamo fornire quegli stimoli, eseguire quelle sequenze che sembrano le più appropriate alla situazione attuale della persona. La pianificazione deve essere elastica, e deve sempre proporre le modalità di intervento che meglio corrispondono alla necessità del momento. Sapendo che si tratta di una persona con problemi psichici e fisicamente svuotata o devitalizzata, l'inizio dell'attività professionale deve essere delicato e attento, senza promettere nulla e senza esaltare i risultati né pronunciare giudizi prognostici che potrebbero creare aspettative e speranze premature. E se il terapeuta tende a confondersi in presenza di disturbi tanto diversi, come resistenze, aspirazioni e scoramenti, dinanzi a tutto quello che gli viene presentato, egli può sempre rivolgersi al suo interno per un attimo e dirsi: "Questa persona ha perso i suoi punti di sostegno. Proviamo a ricondurla verso il ritrovamento di quei punti e verso un riadattamento." In questa formulazione concisa risiede la diagnosi della condizione del paziente e il percorso terapeutico.

Possiamo notare che fin dall'inizio delle sue osservazioni sull'intima correlazione tra il fisico e lo psichico, Sándor si era avvicinato ai ricercatori che studiavano questa stessa relazione. Un autore spesso citato e tradotto da

lui stesso è G. R. Heyer, discepolo di Jung, uno dei primi medici psicoterapeuti che lavoravano con la psicologia del profondo e con il corpo, all'inizio dello sviluppo della medicina psicosomatica.¹

Psicologia profonda e corpo, all'inizio dello sviluppo della medicina psicosomatica

Per quanto riguarda la psicoanalisi, Groddeck, anch'egli citato dal Professore, è stato uno dei pionieri nell'uso del lavoro sul corpo.

Wilhelm Reich, creatore della Caratterologia e in seguito della Vegetoterapia e la Bioenergetica, è stato studiato e adottato da Sándor nelle sue opere e nel suo insegnamento universitario, contemporaneamente al Dr Angelo Gaiarsa a San Paolo. La visione di Reich che integra corpo e mente è stata ripresa dal Professore, il cui lavoro pratico presenta, tuttavia, alcune differenze rispetto all'approccio bioenergetico. Nell'approccio di Sándor, i tocchi sul corpo del paziente sono più sottili e non così diretti e invadenti. Anche il concetto di energia psico-fisica è diverso. In Reich è molto orientato sulla sessualità, mentre su questo punto la visione di Sándor è più vicina a quella di Jung.

In Schultz, Sándor ha trovato un'esperienza parallela alla sua. Entrambi sono stati medici nei campi profughi, e hanno condiviso le stesse convinzioni, come quelle sulla terapia organismica, creando le basi per un lavoro pratico molto efficace, attraverso le tecniche di rilassamento. Schultz utilizzava stimoli verbali per creare il suo "Training Autogeno", mentre il dottor Sándor

¹ Esistono opuscoli di queste traduzioni del Dr Sándor e sono disponibili nella biblioteca dell'Istituto Sedes Sapientiae.

¹ Nella psicoanalisi, Groddeck, anch'egli citato dal Professore, è stato uno dei pionieri nell'uso della terapia del corpo.

preferiva gli stimoli tattili con una sequenza "monotonica". Una sequenza cioè, che mediante una ripetizione sistematica, induce uno stato alterato di coscienza. Sándor era un grande entusiasta del Training Autogeno di Schultz e delle tecniche quali quelle di Michaux e Jacobson, che sono state incluse nel suo unico libro pubblicato, e che menzionava sempre nei vari corsi di rilassamento, quando insegnava alla Facoltà di Psicologia all'Università PUC di San Paolo e nei suoi corsi privati.

Altri autori che hanno influenzato il suo lavoro sono stati Alexander, Feldenkrais, Ida Rolf e Gerda Alexander.

Per quanto riguarda l'approccio psicologico ai sintomi e alle esperienze di vita che ha affrontato nel corso del suo processo e in quello che egli osservava nel suo lavoro di medico, Sándor si era avvicinato alla visione di Jung, alquanto sconosciuta a quel tempo, sia in Europa e ancor più in Brasile. Nel prossimo capitolo mostrerò alcune correlazioni tra le osservazioni e le idee di Sándor e i concetti della psicologia analitica di Jung.

Bibliografia

ROLF, Ida. Rolfing: the integration of human structures. New York: Harper & Row, 1977.

SÁNDOR, Pethö: Vela: Questionário de labilidade vegetativa. [Vela: Questionario sulla labilità vegetativa]. Opuscolo disponibile alla biblioteca dell'Istituto Sedes Sapientiae, São Paulo, Brazil, anche in versione elettronica.

_____. Exames.] Opuscoli disponibili alla biblioteca dell'Istituto Sedes Sapientiae.

ALLEGATO 1

Estratti dalle idee di Ida Rolf (per Dott Sándor)

1. Come è già stato sottolineato, tutti i muscoli agiscono in reciprocità agonistico-antagonista. In un'attività ben equilibrata, contribuiscono in un movimento specifico in modo sostanzialmente uguale. Per maggiori risultati, agonisti e antagonisti devono occupare, nello spazio tridimensionale, posizioni che consentono a ciascun muscolo partecipante un'appropriata azione direzionale e una forza equivalente.

2. Tali coppie muscolari, in un preciso equilibrio spaziale, si stimolano e rinforzano a vicenda. Se un antagonista di un muscolo viene sollecitato costantemente per un eccesso di attività squilibrata, ben presto la sua funzione presenterà debolezze, che potrebbero non essere adeguatamente compensate dal suo agonistico; in questo modo si instaura un disturbo progressivo e, infine, una disorganizzazione posturale.

3. Tra certi gruppi muscolari la reciproca relazione agonista-antagonista è un fattore importante per quanto riguarda il benessere e il tono muscolare in generale. Tale importanza può essere osservata, ad esempio, nella collaborazione dei muscoli psoas con gli addominali del retto.

4. In generale, il muscolo psoas contribuisce efficacemente al sostegno di una postura equilibrata del corpo, e perciò partecipa al mantenimento della struttura corporea e delle relazioni tra le diverse parti. Il plesso lombare autonomo, che innerva la maggior parte delle viscere del bacino, è sostenuto dal muscolo psoas; quindi, il suo contributo è vitale per il benessere fisico.

5. Rivedendo la sua posizione anatomica sulla parte superiore, vicino alla sua origine, si trova vicino ai due "pilastri" del diaframma; in questo modo, è anche collegato alla respirazione. Con il suo inserimento sul femore,

costituisce strutturalmente un ponte tra il tronco e le estremità inferiori. Quindi un suo funzionamento imperfetto si riflette sul diaframma e sulla gabbia toracica, nonché sulla disposizione posturale del busto rispetto alle gambe. Come risultato del suo inserimento congiunto con il muscolo iliaco (che "riveste" la maggior parte interna dell'osso iliaco), succede che un tono inadeguato del muscolo psoas influenza, attraverso il muscolo iliaco, il bacino e il suo contenuto. Viceversa, qualsiasi influenza sul muscolo iliaco (tumore, infiammazione, ecc.) influenza la funzione del muscolo psoas. In un corpo normale, durante la flessione il muscolo psoas si allunga e "ricade" sulla colonna vertebrale. Per questo motivo partecipa efficacemente a quella rete di "supporto" che mantiene le vertebre lombari adeguatamente distanziate a prescindere dalla postura del corpo, e quindi impedisce il verificarsi di inutili compressioni e disallineamento nelle vertebre, causa di una "cattiva postura" e di varie sensazioni di disagio nella regione lombare.

6. Quindi, il muscolo psoas determina la posizione strutturale del sistema scheletrico. Non bisogna dimenticare che il plesso lombare è "incorporato" nella superficie interna del muscolo psoas e lì comunica con i nervi spinali L 1-3 (in parte T 12 e L4). Qui, poi, ci sono connessioni intime ed estese tra i due sistemi nervosi (cattivo assorbimento, stipsi), che chiaramente dipendono anche dalle condizioni di questo muscolo. Esso contribuisce anche al corretto funzionamento dei reni e delle ghiandole surrenali, garantendo anche un efficace metabolismo del sistema riproduttivo. Pertanto, se l'iper- o l'ipotonia dei muscoli retti dell'addome interferisce nella posizione spaziale adeguata del muscolo psoas, questo può influire sul funzionamento e sulla soddisfacente comunicazione del plesso lombare dei gangli autonomi.

7. Per questo motivo, l'importanza del funzionamento e il tono equilibrato e coordinato tra i due muscoli è ancora poco apprezzata, ad esempio, nel camminare e anche nello stare in piedi. Ripetiamo: il muscolo psoas è l'unico collegamento tra gambe e parte superiore del busto e, insieme ai muscoli dei glutei, determina il movimento delle gambe quando si cammina. Quindi, camminare o stare fermi, ma senza sforzo, richiede che le gambe e il busto siano in equilibrio e quindi un muscolo psoas ben strutturato ha un ruolo di grande importanza.

8. Un cattivo funzionamento del muscolo psoas si evidenzia presto nei contorni del corpo e nei movimenti. Uno psoas accorciato (come conseguenza

di una contrazione non corretta) causa una caduta in avanti e verso il basso della gabbia toracica, obbedendo alla trazione dei muscoli retti dell'addome e, di conseguenza, influenza la funzione dei muscoli romboidi superiori. Quindi, non si ha più una postura eretta perché il corpo si flette nell'area inguinale. Posture non adeguate in quest'area indicano sempre un coinvolgimento del muscolo psoas in qualsiasi disturbo o in una coordinazione non appropriata.

9. Se lo psoas e i muscoli addominali del retto partecipano in modo adeguato ai movimenti, in caso di flessione la parete addominale si allenta. È semplice osservare questo in posizione sdraiata sul pavimento (decubito dorsale) con le ginocchia piegate, con la pianta dei piedi posizionata con cura e totalmente sul pavimento o anche allungando le gambe verso l'alto. Nel caso di una soddisfacente reciprocità tra il muscolo psoas e il muscolo retto, quest'ultimo non ha nemmeno bisogno di contrarsi.

10. Purtroppo, nella gran parte dell'allenamento atletico si enfatizza in modo eccessivo l'uso di muscoli esterni (muscolo retto dell'addome e retto del femore) e si trascurano i muscoli interni (come, per esempio, il muscolo psoas). Il muscolo psoas però, non può essere sostituito in modo soddisfacente da altri elementi miofasciali. Non si deve dimenticare che, in un corpo ben equilibrato, il movimento del camminare non ha origine nelle gambe: in realtà il loro ruolo è di sostenere e seguire, perché il movimento inizia nel torso, proprio sul bordo laterale della dodicesima vertebra toracica, ed è trasmesso alle gambe dal muscolo psoas.

Psicologia analitica

Con la sua opera Jung ha dato un enorme contributo alla ricerca sulla conoscenza e la coscienza occidentali, nel senso che le ha liberate dai condizionamenti meccanicistici e riduttivi presenti nella scienza fino a quel momento. Partendo da Freud, Jung è andato più a fondo nello studio e nella ricerca dei miti e dei simboli universali dei sistemi simbolici di diverse epoche e culture. Come ricercatore e studioso, appassionato d'arte e grande collezionista, Freud ha sottolineato l'importanza di queste costanti universali che si trovano nei miti e nei simboli. Ricordiamo qui i concetti quali *Edipo*, *Eros*, *Thanatos*, i cui i miti, più che ricordi di situazioni storiche e culturali espresse per mezzo di fantasie e storie fantastiche, sono l'espressione simbolica di sentimenti e atteggiamenti inconsci di un popolo, simili al ruolo del sogno nella vita di una persona, cioè di un universo polisemico, aperto a varie interpretazioni. Tuttavia, in Freud troviamo una riduzione del significato dei miti ad aspetti della sua teoria, soprattutto per quanto riguarda i traumi e la sessualità.

Nel saggio "Sigmund Freud nell suo ambiente storico" (1910) Freud analizza un ricordo di Leonardo in cui questi descrive un avvoltoio che, con la coda, tocca le labbra del bambino. Nella ricerca della simbologia di questa visione, Freud la considera una fantasia e menziona l'esistenza tra gli egizi della dea ermafrodita Mut. Mut era una dea egizia con la testa di avvoltoio - spesso

raffigurata con un fallo - i seni e il corpo di una donna e con il membro maschile in erezione. Era considerata la dea-madre: gli Egizi credevano che esistessero solo avvoltoi di sesso femminile e che questi, durante il volo, aprivano la vagina che veniva fecondata dal vento. La ricerca del significato simbolico richiede una completa riflessione "jungiana" per ampliare la comprensione del mito al significato universale del fenomeno *madre* per la specie umana. Freud descrisse la somiglianza tra i termini *Mut* (Egizio) e *Mutter* (Tedesco), entrambi significano "madre".

Freud si chiede se i due concetti di avvoltoio e di madre siano solo una coincidenza o se sono correlati. Ma più avanti, nell'analisi della storia personale di Leonardo, egli è molto riduttivo. Nonostante le poche informazioni disponibili, giunge a conclusioni sulla sessualità di Leonardo basate su supposizioni, e arriva a concludere che, poiché Leonardo aveva trascorso i primi anni d'infanzia solo con la madre, nella sua fantasia paragona la madre a un avvoltoio che, per nutrire il suo piccolo, gli mette in bocca la coda - simbolo dei genitali maschili, il pene, che rappresenta la prima forza creatrice della natura. Da qui il contenuto omosessuale, oltre alla conformazione androgina o ermafrodita dell'immagine, materna e maschile allo stesso tempo, a simboleggiare, secondo la mitologia, la perfezione divina. Freud spiega questa immagine ermafrodita nella sessualità infantile come basata sul complesso di castrazione: i bambini maschi immaginano che anche le bambine un tempo avevano un pene, che è stato tagliato lasciando solo una ferita. Essi temono che possa succedere anche a loro e in alcuni casi acquisiscono una certa repulsione nei confronti del femminile, e questo può provocare l'omosessualità, di fronte a una madre molto premurosa e un padre assente.

Nel suo saggio "Lo spirit nell'Uomo, arte e letteratura" Jung (1991b) critica l'analisi su Leonardo ("basata su pettegolezzi"). Egli sostiene che la teoria di Freud è una risposta alla malattia del 19° secolo, che univa la passione illuminista al "pregiudizio" del materialismo nel reagire con estremo pessimismo (pulsione di morte, desiderio insoddisfatto, risentimento, ecc) alla tendenza vittoriana di vedere tutto come roseo. E' "la grande distruttrice che rompe le catene del passato. Ci libera dalla pressione malsana di un mondo prematuramente invecchiato e marcio" (Jung, 1991a, p. 30). Ma è stato anche il "peccato" di Freud, l'aver incentrato tutta la sua teoria sull'idea di repressione che ritorna sempre al passato (causale), senza mai interessarsi a ciò che diventerà, a differenza del focus teleologico nella teoria junghiana. A Freud sfugge che "in effetti, alcuni fatti psicologici hanno altre motivazioni" (idem, p. 32). Jung fa notare che la psicoanalisi, pur avendo il grande merito di portare alla luce ciò che è nascosto, svolgendo il suo ruolo storico, vacilla per la sua unilateralità e insufficienza poiché non arriva ai livelli più profondi della mente, a ciò che è intrinsecamente umano.

Jung si considerava come un uccello appollaiato sulla spalla del gigante Freud, da dove poteva osservare la realtà con una visione più ampia. Più di una volta egli ha sottolineato la sua fede in "Freud come prodigio di storia e cultura", e che non si può chiedere a Freud più di quello che è stato il suo compito storico, e cioè di spiegare il ruolo dell'inconscio nella vita umana. Più avanti cercherò di applicare questa stessa analisi all'opera di Jung.

Sándor nutriva una grande ammirazione per Jung e per molti aspetti della sua teoria e delle sue idee. Quelli che seguono possono essere considerati gli elementi base della teoria junghiana: in primo luogo, la nozione di

energia/libido, che è più estesa che in Freud; il concetto di inconscio collettivo come repertorio/archivio universale dei contenuti psichici di tutta l'umanità, tra cui gli archetipi, concetto che va oltre l'inconscio individuale di Freud; la nozione di complementarità e di interazione dialettica nelle idee di compensazione come dinamica della psiche, di sincronicità come rapporto non-causale tra gli eventi e l'integrazione degli opposti come legge e direzione di movimento della psiche; il concetto di individuazione come forza istintiva di conoscenza e realizzazione di sé. Queste sono espressioni di principi di saggezza antica che Jung ha ripreso dalla filosofia greca e orientale, dall'alchimia medievale e da altri sistemi simbolici.

Sicuramente Sándor apprezzava questi concetti e vi si identificava. Inoltre egli ha sempre sottolineato l'atteggiamento di Jung di fronte ai fenomeni, di privilegiare sempre l'osservazione di sé e degli altri, manifestata fin dall'infanzia nell'intensa esperienza e nell'attenta osservazione dei suoi sogni, delle sue fantasie e dei loro contenuti - pratica che anche Sándor seguiva. Nel tentativo di liberarsi dai pregiudizi e dai condizionamenti del suo tempo, Jung aveva adottato un atteggiamento quasi fenomenologico nelle sue osservazioni e conclusioni, che anche Sándor incoraggiava nei suoi studenti.

Riguardo ai concetti relativi ai fenomeni "spirituali" o "religiosi", l'opera di Sándor in alcuni aspetti si differenzia da quella di Jung. Questi riteneva la religione come un istinto basilare dell'essere umano e considerava la mancata partecipazione religiosa durante la seconda metà della vita come una fonte di disturbi fisici e mentali. La religione non è vista come appartenenza a fedi o chiese, ma come una ricerca degli esseri umani di una dimensione che trascenda l'ego e intraprende una ricerca, nelle dimensioni di coscienza più

vicine all'archetipo e al sé, una trascendenza inerente al fenomeno umano.

Jung riteneva che l'origine della parola religione, oltre a quella classica di religare, era anche il termine latino re-legere, "rileggere", "osservare con attenzione". Qui si recupera la funzione fondamentale dell'osservazione, e per questo affermiamo che il nostro lavoro sul corpo facilita le condizioni per un'esperienza della funzione religiosa secondo la visione di Jung.

1. Per quanto riguarda il contenuto delle immagini stesse e delle rappresentazioni mentali derivanti da questa funzione religiosa, Jung preferiva adottare un approccio "scientifico", affermando che la realtà o l'autenticità del fenomeno religioso riguarda la Teologia e che la Psicologia può solo occuparsi delle rappresentazioni psicologiche delle idee religiose. Queste affermazioni si trovano nelle sue opere: "Psicologia e Religione", "Vita dopo la morte", "Ultimi pensieri" e altri testi. In una lettera del 1935 scritta al pastore Ernst Jahn, Jung (1953) spiegava:

Quando parlo di Dio, ne parlo da psicologo, e lo sottolineo spesso nei miei libri. Per lo psicologo, l'immagine di Dio è un fatto psicologico. Per quanto riguarda la realtà metafisica di Dio lo psicologo non può dire nulla, poiché supera di gran lunga i limiti epistemologici. Come persona empirica, conosco soltanto le immagini che appaiono inizialmente nell'inconscio, le immagini che una persona ha della divinità, o meglio, le immagini che nell'inconscio sembrano correlate alla divinità; e queste immagini sono senza dubbio molto relative. (p. 208 Traduzione libera NdA).

E si difende dagli attacchi, dicendo:

I critici mi accusano di manifestare talvolta tendenze "filosofiche" o perfino "teologiche", credendo che io desideri spiegare tutto in "termini filosofici" e che le mie prospettive psicologiche sono "metafisiche". Ma io uso il materiale filosofico,

religioso e storico col il solo intento di illustrare fatti psicologici. (Jung 1969, p 278; Traduzione libera, NdA).

Nel lavoro del Dr. Sándor troviamo, in forma diversa, una piena incorporazione di nozioni e idee derivanti da sistemi di conoscenza considerati "esoterici" o "spirituali" come la Teosofia e l'Astrologia. Nella sua fase più matura, e con gruppi di studio più ristretti, Sándor ha sempre difeso con calma le sue ipotesi ed esperienze con le idee essenziali della teosofia, come la reincarnazione, i piani di coscienza, il ruolo dei maestri, l'ordine evolutivo dell'universo, ecc.

Qui troviamo una posizione molto diversa da quella espressa da Jung in *Vita dopo la Morte* o in *Ultimi pensieri*, vi si nota un conflitto tra l'accogliere le credenze "spirituali" e cercare di mantenere una posizione "scientifica". Nel riportare la tesi che Jung espone in *Freud, fenomeno di storia e cultura*, dove egli ricorda il ruolo storico di Freud, non intendiamo chiedere a Jung qualcosa che trascenda il suo ruolo storico di diffondere e continuare le riflessioni sulla saggezza antica, in una forma accettabile alla coscienza collettiva del suo periodo (e sappiamo quali terribili problemi ha dovuto affrontare a causa di ciò). Inoltre Sándor doveva tenere nascoste, in certi ambienti e in alcuni momenti, le sue idee e convinzioni più intime e centrali, essendo stato, anche così, frainteso e perseguitato dalla mentalità più ristretta e oscurantista degli ambienti accademici e medici.

Sembra che Sándor abbia trovato in Jung una grande risonanza con le sue osservazioni sulla psiche umana e con le sue convinzioni ed esperienze.

Avendo basato il lavoro sulla conoscenza e su esperienze derivanti da antichi insegnamenti, aveva trovato un'espressione moderna, una ri-lettura (che ci

ricorda l'etimo *re-legere*), per molti di questi principi nella psicologia analitica di Jung, ed era quindi in grado di utilizzarli per rendere più comprensibili e accettabili le sue azioni e la sua visione del mondo.

Fortunatamente, oggi viviamo in un contesto culturale e scientifico più aperto e meno prevenuto rispetto a quello di Sándor, quando l'Astrologia doveva essere praticata "di nascosto" e solo all'interno del vecchio sistema esoterico. Oggi, benché sia ancora grande la mancanza di conoscenze e di cultura nel nostro ambiente accademico e professionale, molto influenzato dalla scienza americana obsoleta, si può tuttavia contare su una vasta bibliografia e su professionisti molto preparati in campi più eterodossi.

Ciononostante, dobbiamo seguire il lento processo della nostra mente razionale nell'assimilare e incorporare i nuovi concetti derivanti dalla scienza moderna, in particolare dalla fisica. E com'è nello stile del nostro lavoro, dobbiamo affrontare con tenerezza le nostre resistenze e quelle delle persone con cui lavoriamo, al fine di introiettare la necessaria apertura verso questi nuovi concetti che mettono in discussione i vecchi paradigmi, quando avviciniamo e integriamo nozioni in precedenza considerate come "spirituali" o "mistiche" con le nozioni della scienza moderna (vedi il capitolo sulla Saggezza Eterna). Il nostro lavoro sul corpo, nell' "interrompere" il canale razionale, consente alla coscienza di avere un maggiore accesso alla saggezza intuitiva che si trova nel nostro cervello più primordiale (limbico e rettile) e contribuisce a questa necessaria evoluzione della coscienza.

Per quanto riguarda l'uso del lavoro sul corpo, anche l'approccio di Sándor è diverso dal lavoro di Jung. Sandor considerava l'universo del corpo fondamentale per la sua visione della psiche umana, avendo affrontato il

fenomeno corpo da diversi punti di vista e riflessioni, come è stato ampiamente dimostrato da Rosa Farah (1995). Anche nell'elaborazione del concetto di sincronicità, il lavoro sul corpo è essenziale:

Corpo e mente sono i due aspetti dell'essere vivente, e questo è tutto ciò che sappiamo. Perciò preferisco dire che le due cose accadono insieme in modo miracoloso, e faremmo meglio a lasciarle le cose come sono, perché non potremmo pensarle insieme. Per mio uso personale ho coniato un termine per illustrare questo stare insieme: dico che esiste un particolare principio di *sincronicità* attivo nel mondo, che fa sì che in qualche modo le cose accadano insieme e si comportano come se fossero uniche, eppure per noi non lo sono. Forse un giorno scopriremo un nuovo tipo di metodo matematico con cui possiamo dimostrare che deve essere così. Ma per il momento non sono assolutamente in grado di dirti se è il corpo o la mente a prevalere, o se semplicemente coesistono. (Jung, 1980, p 34)

Jung non praticava un lavoro sul corpo con i suoi pazienti, anche se, oltre al lavoro verbale, usava liberamente tecniche espressive come la pittura, la musica e anche la lettura, e non si limitava all'uso di schemi rigidi. Tuttavia, nell'integrazione psicofisica di Petho Sándor, il lavoro sul corpo non è un'altra tecnica, ma il metodo costitutivo di questo approccio (vedi il capitolo "Calatonia e il tocco sottile: il metodo"). Per questa sua pratica, Sándor è stato molto frainteso. A quel tempo, non erano ancora molto conosciute le opere di Reich, Feldenkrais, Mezieres, Rolf, Mindell e molti altri che si sono dedicati alla dimensione psicofisica integrando varie forme di lavoro sul corpo.

Jung vedeva, nelle conclusioni a cui perveniva, non solo l'influenza e l'espressione di antiche idee provenienti dai greci, dagli egizi, gli orientali, gli alchimisti, ma anche una prossimità sincronica con i concetti che si andavano elaborando nella fisica moderna dopo Einstein e nella fisica quantistica.

Anche per la fisica moderna i principi del metodo scientifico del 19° secolo apparivano un impedimento all'analisi della realtà osservata in un campo più ampio, il cosmo, o molto piccolo, la realtà subatomica. Si cominciava a discutere e ad esplorare concetti come ologramma, corrispondenza macro e microcosmica, relatività dell'osservazione umana, continuum spazio-tempo ed energia/materia. Jung lavorava in stretto contatto con la Fisica, e il suo importante libro: *Sincronicità un principio acausale*, lo scrisse insieme a Wolfgang Pauli, premio Nobel per la fisica. In quest'opera si fa riferimento, per esempio, alla prossimità del concetto di sincronicità con il principio di corrispondenza di Niels Bohr.

Per quanto riguarda il concetto di sincronicità, Jung ha scritto (1981b):

Sono incline a riconoscere che la sincronicità nel suo significato più puntuale è solo un esempio particolare di organizzazione generale, quello dell'equivalenza dei processi psichici e fisici in cui l'osservatore si trova nella condizione privilegiata di saper riconoscere il *tertium comparationis* (il terzo confronto). Ma non appena si rende conto del contesto archetipico, egli è tentato di attribuire l'assimilazione dei processi psichici e fisici indipendenti ad un effetto (causale) dell'archetipo, e quindi, ad ignorare il fatto che essi sono semplicemente contingenti. Potremmo evitare questo pericolo se si considera la sincronicità come un caso particolare di organizzazione generale non causale [...] dovremmo considerarli [gli eventi acausali], come atti creativi, nel senso di una *creatio continua* di un modello che si ripete sporadicamente da tutta l'eternità e non può essere dedotta da antecedenti conosciuti. (p 516-518)

Jung riteneva che non vi fosse una relazione causale diretta, ma un' "affinità", una corrispondenza tra macrocosmo e microcosmo.

Presenteremo in seguito in nuovo capitolo una breve spiegazione dei principi e delle idee derivanti dalla nuova fisica e dalla nuova scienza, con le quali

anche il professor Sándor si identificava, come possiamo verificare nel suo scritto "*Idee da C.G.Jung sulle Teorie e le Tecniche della Psicoterapia*".

Bibliography

FARAH, Rosa. Integração psicofísica. [Psychophysical Integration]. São Paulo: Companhia Ilimitada/Robe Editorial, 1995.

FREUD, S. (1910). Leonardo da Vinci and a Memory of his Childhood. In: Complete Psychological Works of Sigmund Freud. London: W.W. Norton & Co, 1990.

JUNG, C. G. Sigmund Freud in his historical setting. In: Collected Works. Princeton: Princeton University Press, 1978. v. XV.

_____. The Structure and Dynamics of the Psyche. Princeton: Princeton University Press, 1969.

_____. (1935). Letter to the pastor Lic. Ernst Jahn. In: C. G. Jung Letters. Selected and edited by G. Adler in collaboration with A. Jaffe. Princeton: Princeton University Press, 1953.

_____. (1935). The Tavistock Lectures. In: Collected Works. Princeton: Princeton University Press, 1980. v. XVIII.

_____. General Aspects of Dream Psychology. In: Collected Works. Princeton: Princeton University Press, 1981a. v. VIII.

_____. Synchronicity: An acausal connecting principle. In: Collected Works. Princeton: Princeton University Press, 1981b. v. VIII.

_____. The Spirit in Man, Arts and Literature. In: Collected Works. Princeton: Princeton University Press, 1971. v. XV.

_____. Psychology and religion. In: Collected Works of v. XI. Princeton: Princeton University Press, 1969.

CALATONIA E PSICOSINTESI

(Capitolo in collaborazione con Andrée Samuel)

La Psicossintesi è un metodo psicologico, medico e filosofico creato dallo psichiatra italiano Roberto Assagioli (1888-1974). Già allievo di Freud, Assagioli ha elaborato questo metodo psicologico che è anche una proposta umanistica e transpersonale. Inizialmente Assagioli parlava della Psicossintesi come di una "psicagogia", sottolineandone l'aspetto educativo ed autoeducativo. È interessante trovare qui una chiara correlazione con l'importanza dell'autosservazione nella Calatonia.

In seguito Assagioli definì la sua opera come Bio-psicossintesi, per sottolineare l'importanza di includere il corpo nel processo psicossintetico, giacché esso è parte dell'area di esplorazione nelle relazioni corpo/mente.

Assagioli descrive la vita umana come segue: *“Noi, quali siamo ora, nella nostra vita abituale, siamo limitati e legati in molti modi, preda di mille illusioni e di mille 'fantasmi', schiavi di mille demoni interni, travolti da mille correnti esterne, abbacinati, ipnotizzati da ingannevoli miraggi.*

Qual meraviglia che l'uomo il quale si trova in condizioni siffatte si senta spesso scontento, inquieto, oscillante; che sia mutevole, incerto, contraddittorio nei suoi sentimenti, nei suoi pensieri, nei suoi atti; che, intuendosi oscuramente uno e ritrovandosi molteplice, non si comprenda e, non comprendendosi, non si possieda, non sappia dirigersi, e commetta frequenti errori e anche colpe?”. Assagioli R., *Principi e metodi della psicossintesi terapeutica*, Astrolabio, Roma 1973, pp.26-27.

Si percepisce l'identità di principi e di visione dell'essere umano fra Assagioli e Jung, che hanno vissuto nello stesso periodo e collaborato alla ricerca e all'elaborazione delle loro osservazioni sull'essere umano.

Come in Jung, la visione dell'inconscio nella Psicossintesi va oltre la visione originaria di Freud, e l'inconscio ha un aspetto transpersonale. Per

Assagioli esiste un livello più elevato di inconscio, chiamato super-conscio, dove risiedono gli archetipi evolutivi superiori dell'umanità, come il Bello, il Buono, il Vero. Una delle idee più stimolanti dell'approccio psicosintetico, che Assagioli ha rilevato da Maslow, è l'idea che ci sia una repressione inconscia di questi archetipi, definita come repressione del sublime. E cioè, con la sua energia trasformatrice, questa Idea archetipica è così mobilitante e impegnativa per la psiche cosciente dell'essere umano comune che si tende a difendersi da essa.

La repressione psicologica è sempre sostenuta dai condizionamenti mentali, dalle idee e i valori della cultura di massa in cui siamo immersi. Liberarsi da questi condizionamenti sociali è uno degli obiettivi della Calatonia, che persegue questo obiettivo "cambiando il canale" di funzionamento dell'io, riportando l'esperienza di stati di coscienza insoliti. Nel processo psicosintetico di ricerca si ha un obiettivo simile: liberare l'io dai suoi limiti abituali e aprire la percezione ai contenuti del Sé.

Il Sé è la realtà attiva, permanente e definitiva dell'Essere Umano. 'È l'essenza dell'essere umano e dell' 'Io' così come si manifesta nella coscienza quotidiana. L' 'Io' è un riflesso del Sé ed è la sua manifestazione. È l'energia del Sé che discende nel tempo e nello spazio terreno per guidare e dirigere l' 'Io'. Pertanto, il sé personale è quel quanto di energia del Sé che permette ad una persona di orientarsi all'interno di se stessa e nel mondo durante il processo di graduale integrazione della personalità.

Nella Calatonia si cerca di sperimentare questo ponte fra l'ego e il Sé, evidenziato da Jung e Assagioli, mediante due situazioni. In primo luogo, l'atteggiamento del terapeuta che cerca di agire il meno possibile come ego ma lascia che sia quell'energia più grande ad agire, energia nella quale entrambi si muovono e il loro Essere agisce. Sándor propone la connessione con un Terzo Punto (rappresentato dall'immagine o simbolo che colpisce maggiormente il terapeuta). Inoltre, al paziente viene chiesto di cercare di interferire o controllare il processo il meno possibile e di rilassarsi. L'ambiente appropriato, la posizione sdraiata e gli stimoli del tocco come usato in calatonia contribuiscono naturalmente a tutto questo.

In Psicotesi, lo sviluppo e l'uso della Volontà hanno una funzione centrale, intesa non come i comuni desideri egoici, ma come apertura agli aspetti di scopi più ampi della vita, che sono presenti ai livelli più profondi della psiche. Ancora una volta, lo stato di rilassamento che si ottiene in Calatonia, per disconnettersi dai contenuti usuali e aprirsi all'esperienza, favorisce la comparsa di aspetti di questa Volontà più ampia e profonda.

Un altro aspetto che accomuna l'approccio di Assagioli e quello di Sándor è il fondamento filosofico su cui si basano i due percorsi. Entrambi si sono ispirati ai principi degli insegnamenti della Psicologia Esoterica del Maestro Tibetano, trasmessi dai libri di Alice Bailey, nonché agli insegnamenti dell'Agni Yoga, trasmessi dai libri di Helena Roerich. Si tratta di conoscenze basate sulla filosofia esoterica, e sia Assagioli che Sándor hanno lavorato nel loro tempo seguendo l'antico metodo esoterico di comunicare verbalmente queste conoscenze a gruppi ristretti, manifestando pubblicamente la parte essoterica basata sulla Psicologia e la Scienza dell'epoca.

Un aspetto fondamentale del lavoro di Assagioli è stato quello di saper adattare e trasmettere queste conoscenze in un linguaggio appropriato e comunicabile alla cultura del suo tempo. Egli ha creato un metodo di meditazione chiamato Meditazione Creativa che mira a facilitare, anche in gruppo, l'esperienza individuale dei principi della filosofia esoterica. Anche Sándor ha usato tecniche di meditazione per lo sviluppo dei suoi studenti. E, se si seguono correttamente i principi e l'atteggiamento, la pratica stessa della Calatonia procura uno stato meditativo simile.

Nuovi paradigmi della scienza

Dopo l'avvento della fisica di Einstein e della fisica quantistica, il panorama dell'universo delle conoscenze scientifiche è cambiato. I vecchi presupposti della scienza, come anche il metodo scientifico stesso, sono stati messi profondamente in discussione. La ricerca per l'integrazione di una nuova visione dell'universo e dell'umanità ha iniziato a ridefinire le basi della conoscenza scientifica, le forme di ricerca e la sistematizzazione di queste conoscenze. Nasce un movimento che si caratterizza nella ricerca di nuovi paradigmi del sapere. La visione cartesiana e meccanicistica della scienza, ereditata dai secoli precedenti a partire dal Rinascimento, crollava di fronte ai concetti einsteiniani di spazio/tempo e materia/*continuum* energetico, mentre la ricerca scientifica superava le sue vecchie regole di "oggettività" o "replicabilità" grazie a concetti come il principio di incertezza di Heisenberg. Heisenberg, con il principio di incertezza, e Einstein, con la teoria della relatività, dimostravano che il risultato dell'osservazione di qualsiasi fenomeno dipende dalle condizioni dell'osservatore, dal suo movimento e dalla sua posizione nello spazio. Lo sviluppo di ricerche come quella del Fisico David Bohm dimostravano che esisteva una reciproca inter-influenza tra l'osservatore e l'oggetto osservato. Questo si verifica perché sia il soggetto che l'oggetto appartengono a un universo globale che forma un insieme dinamico e indivisibile, un'unità. È il principio dell'olismo, una visione del mondo che ha vecchie radici, come è già stato dimostrato, e che ritorna alla Fisica moderna, integrando le vecchie e le nuove conoscenze.

Come affermano Alan Wolf e Bob Toben nella loro opera creativa *Space-Time and Beyond: towards an explanation of the unexplainable (Spazio-Tempo e Oltre: verso una spiegazione dell'inspiegabile)*:

L'universo fisico **non** esiste indipendentemente dai pensieri dei partecipanti.

Ciò che chiamiamo **realtà** è costruito dalla mente.

Il mondo non è lo stesso senza di noi.

Fino al momento delle scoperte della fisica quantistica moderna, si pensava che l'universo fisico e i nostri pensieri su di esso fossero due cose totalmente distinte. La fisica quantistica ci ha dimostrato che ciò che visualizziamo è ciò che vediamo. In altre parole, i nostri pensieri sul mondo e il modo in cui esso ci appare sono fundamentalmente interconnessi. Tuttavia, la connessione tra pensiero e realtà è sottile. La sedia del disegno a pagina 16 non è fatta solo di minuscoli atomi simili a palline tintinnanti. Non ci sono atomi presenti fino al momento in cui li guardiamo effettivamente. Com'è possibile? Ebbene, per cominciare, gli atomi non hanno contorni ben definiti. Queste minuscole particelle, indistinte come fiocchi di neve, iniziano a presentare dei contorni solo quando facciamo sofisticati esperimenti che, in pratica, distruggono la sedia.

Con la fisica quantistica impariamo che nessun oggetto ha contorni ben definiti. Se solo per un momento potessimo immaginare che la sedia esiste senza di noi, i suoi contorni diventerebbero ugualmente indistinti! Il suo "sfaldarsi", tuttavia, sarebbe evidente solo dopo molto tempo. Sarebbero necessari più di 10 miliardi di anni affinché la sedia si "scurisca". Ma un atomo è qualcosa di molto diverso. È qualcosa di così minuscolo che è sufficiente un miliardesimo di secondo perché si disperda nell'indistinto.

E continuerà a disperdersi finché non ci avviciniamo e lo osserviamo. In quell'istante, a seconda dell'esperimento che si esegue, sarà ridotto alla sua dimensione "normale".

Pensiamo a questo: senza di noi, tutti gli atomi si disperderebbero in tutto l'universo ad un ritmo allarmante. Se non si guardano da vicino, i contorni rimangono abbastanza indistinti per comporre una sedia. Ecco perché dico: gli atomi non esistono fino al momento in cui non si decide di guardarli. Ed è per questo motivo che diciamo: l'universo fisico non esiste senza i nostri pensieri su di esso. Senza le nostre osservazioni e senza i nostri pensieri sul fatto che quell'oggetto sia una sedia, questa si disperderebbe nell'oblio. Ma non preoccupiamoci: 10 miliardi di anni è un tempo di attesa piuttosto lungo.

Un altro modo di riferirsi a questa indistinzione è di chiamarlo principio di incertezza. In un linguaggio semplice, questo principio dice che è impossibile per noi conoscere simultaneamente la posizione e la traiettoria di un oggetto in movimento. Se si determina uno di questi attributi con ottima precisione, sarà sempre a scapito dell'altro. Pertanto, anche se si compie la migliore osservazione possibile, il mondo sarà sempre un po' incerto. (Wolf, Toben, 1975: traduzione libera).

Notiamo che come l'osservatore e il fenomeno osservato interagiscono in un campo, allo stesso modo anche ciò che prima si chiamava materia ed energia appartengono a un continuum. La conseguenza di questo tipo di visione è che è impossibile arrivare a conclusioni definitive sulle osservazioni di

qualsiasi fenomeno - dobbiamo sempre lavorare con la relatività dell'osservazione, che rappresenta l'interazione di quel momento. Per una visione più ampia, è sempre necessario considerare il campo inclusivo totale che contiene il fenomeno e l'osservatore. Naturalmente, quando si considera l'essere umano, dobbiamo osservare l'organismo collettivo a cui appartiene, l'organismo sociale, l'organismo planetario, l'organismo inconscio collettivo, proposto da Jung, e l'organismo del campo morfogenetico come formulato da Rupert Sheldrake.

Quest'ultimo ha dimostrato con esperimenti la trasmissione non temporale e non locale dell'informazione e della comunicazione. È quello che succede, ad esempio, quando le scimmie che apprendono un'attività "comunicano" questo apprendimento ad altri della stessa specie pur essendo separati in un'altra isola. Qui il lavoro di Sheldrake si basa su concetti come "interconnessioni, inter-relazioni, interdipendenza, globalizzazione della psiche". Secondo Sheldrake, la natura ha una memoria di carattere cumulativo, che si espande ad ogni ripetizione. I campi morfogenetici che egli propone non sono fissi, esiste una connessione costante tra realtà e idea: i nuovi campi modificano i precedenti e viceversa. Ciò che accade è un processo costante e dinamico tra l'universo e le sue leggi.

In effetti, ciò che proponiamo oggi è di pensare ad una "psiche globalizzata" che spiega fenomeni come lo stress collettivo che sperimentiamo oggi, oltre ad altri fenomeni di massa che trascendono la comunicazione immediata. L'idea stessa di ecologia si riferisce a questo approccio più organico in senso olistico.

È stato David Bohm, ideatore del concetto di olistico, a proporre l'idea di un "ordine esplicito e implicito" per presentare fenomeni che appaiono in una prima dimensione - l'ordine esplicito, o ciò che chiamiamo realtà del mondo fenomenologico -, ma che rimangono latenti e occulti finché si manifestano in un'altra dimensione di osservazione, l'ordine implicito, o l'ordinamento sotto il caos apparente, come il suono, che rimane occulto finché non viene catturato e decodificato.

Questo concetto si avvicina molto al concetto di coscienza manifesta/incoscienza latente in Psicologia e anche al vecchio concetto di *maya* (il mondo illusorio) per il mondo orientale: *maya* è la realtà che, se non osservata in profondità, crea illusioni. E qui torniamo più dettagliatamente al concetto di religione per Jung, che corrisponde a una "rilettura" della realtà, una seconda osservazione, la terza visione... La parola "religione" deriva dal latino *re-legere*, formata dal verbo *legere*; il prefisso *re-* ha un valore ripetitivo,

quindi *relego* significa "leggere di nuovo", "leggere molte volte" o anche "ripassare (per un percorso, un paese)".

Per rendere più chiari questi punti, riproduco qui di seguito alcuni brani del libretto scritto dal Dr. Sándor, "Idee da C.G.Jung sulle teorie e le tecniche della psicoterapia":

La psicologia profonda usa anche le probabilità, pur rimanendo consapevole della loro eventuale insufficienza. Allo stesso modo sa che non può conoscere i processi e gli stati di incoscienza, proprio come un fisico non potrà conoscere il processo sottostante la manifestazione fisica. Ciò che può essere trovato oltre il mondo fenomenico è inimmaginabile, perché non abbiamo un altro punto di osservazione diverso da quello all'interno di noi stessi e perciò, riguardo alla psiche, possiamo fare considerazioni generiche solo da un punto di vista non-psichico. Quello che succede è che lo psichico, in quanto manifestazione dell'esistenza, è incorporato in una natura probabilmente non-psichica, solo perché si propone come psichico.

È noto che le dottrine delle "scienze esatte" non possono certamente includere categorie inorganiche, nemmeno quando l'oggetto della ricerca è l'organismico e lo "psichico animato". La base della coscienza è quindi studiata secondo processi coscienti fino a quando non diventano oscuri perché sono già inimmaginabili. Da allora in poi, sono osservati solo in base agli effetti che hanno un'influenza organizzativa sui "contenuti" della coscienza. Tali effetti sembrano originati da una realtà oggettiva, cioè "inconscia", che allo stesso tempo si comporta come soggettiva, cioè "cosciente". In altre parole, la realtà che costituisce la base degli effetti inconsci e allo stesso tempo include il soggetto osservatore, è di una categoria inimmaginabile, essendo in realtà "il soggetto più intimo" nonché "vero in generale", che significa dimostrato in linea di principio, poiché si trova dappertutto, e questo non è il caso dei contenuti precedentemente "personalistici" della coscienza.

Nella maggior parte dei casi, la realtà oggettiva comunica solo attraverso particelle di luce che raggiungono la nostra retina. L'organizzazione di queste particelle descrive un'immagine del mondo fenomenico, e questa immagine dipenderà dalla struttura della psiche percettiva e della luce del trasmettitore, anche quando si utilizzano dispositivi di estrema precisione che allargano il campo di osservazione. Per questa ragione, nessun osservatore ha la possibilità di osservare una realtà non influenzata dalla propria osservazione, cioè nessun corpo fisico può incontrarsi con un mondo totalmente oggettivo e indipendente, ma si incontrerà sempre solo con se stesso...

Questo significa che l'osservatore fa esperienza di una realtà in cui colui che osserva e ciò che viene osservato sono insieme in un *tutto*, o in altre parole, siamo in un mondo che si verifica solo nella misura in cui si apre dentro di noi, e la realtà consiste nell'evento che l'essere umano si realizza come esistente in questo mondo e così si ritrova con un mondo che si rivela al suo interno. (Sandor, 1985, pagina 1-2)

Anche noi, psicologi e terapeuti, siamo stati formati secondo i paradigmi della scienza newtoniana pre-Einstein, con il vecchio metodo scientifico codificato da Claude Bernard, basato su parametri di oggettività, affidabilità,

replicabilità, misurabilità, parsimonia, località, causalità ecc. In realtà, questo costituisce un forte condizionamento per quanto riguarda il modo di pensare, osservare, analizzare e concludere. Si tratta di una "educazione" della percezione che in seguito si è rivelata come una repressione della profonda capacità di osservare e riflettere, che tutti come esseri umani possediamo, e questo comprende come abbiamo visto prima, l'uso della nostra preziosa funzione psicologica dell'intuizione.

Tutto questo condizionamento è strettamente legato agli aspetti della coscienza collettiva, come la paura dell'ignoto, l'ombra, e la difficoltà di trattare elementi non razionali della psiche (sebbene già nel 1900 il vecchio maestro Freud avesse dimostrato che la nostra psiche è in gran parte inconscia e irrazionale ...).

Il nostro compito, ora che la fisica moderna ci ha liberato dai legami meccanicistici del condizionamento, è di "provare a ritrovare" l'intuizione disimparata e svilupparla di nuovo nella nostra visione e nel nostro pensiero. Per questo la tendenza attuale, anche nella coscienza collettiva, ci aiuta a recuperare il contatto con elementi inconsci attraverso l'intuizione (si veda, ad esempio, l'enorme ripercussione nei canali di comunicazione di tutte le opere, di letteratura o scientifiche, che affrontano questo tema e le sue variazioni). E ancora, vogliamo sottolineare che lo "strumento" del lavoro corporeo si è sviluppato all'interno dell'approccio di integrazione psico-fisica e può essere di aiuto sia nella pratica che nell'elaborazione di questo esercizio di osservazione, percezione e comunicazione di elementi più profondi della nostra costituzione e dinamica.

La visione della scienza moderna riprende i concetti sull'umanità, sull'universo, sulla materia e l'energia delle vecchie visioni e sistemi di conoscenza. E' quello che ha fatto Jung con i suoi studi dei concetti della nuova scienza, paralleli ai concetti delle vecchie scienze e forme di conoscenza, come l'alchimia, l'astrologia e i miti universali.

Nello svolgere un'osservazione comparativa dei fondamenti delle *grandi idee* che fanno parte di questi diversi metodi e sistemi di conoscenza, si trovano alcune costanti universali, alcuni principi base comuni che riappaiono in diversi periodi, culture e metodi della conoscenza umana. Qui vediamo una relazione con il concetto junghiano di archetipi, che a sua volta è un recupero dell'Idea di Platone (forme ideali riprodotte nell'imperfetto mondo sensibile).

Shirley Nicholson, autrice che studia questi concetti universali e li definisce "saggezza antica", nel suo libro *Ancient Wisdom, Modern Insight* (Saggezza antica e Intuizione moderna), ci mostra come le idee che costituiscono i fondamenti della teosofia riappaiono tra i nuovi concetti studiati dalla fisica moderna, come ad esempio:

- Tempo, Spazio, Movimento come unità fondamentali per la comprensione dell'universo;
- Continuità dello spazio e del tempo come coordinate integrate in un approccio olistico;
- Interdipendenza e correlazione tra Coscienza e Materia; polarità e unicità;
- Ritmi e cicli come elementi costitutivi fondamentali dell'universo;
- Simmetria, complementarità, sincronicità, Ordine superiore;
- Modelli archetipici che governano l'evoluzione;
- Espansione della coscienza come percorso di uno sviluppo individuale e collettivo.

Nel prossimo capitolo, presentiamo il concetto di Saggezza Eterna come un corpo di idee che comprende questi Principi Universali.

Bibliografia

ANDRÉ, Maristela. *As bases do diálogo da Física Quântica com as filosofias espiritualistas e a Psicologia Transpessoal* [The bases of the dialog between Quantum Physics and the spiritualist philosophies and Transpersonal Psychology], [199-]. (leaflet).

BASSO, Theda; PUSTILNIK, Aida. *O inconsciente emergente: uma introdução à dinâmica energética do psiquismo*. Salvador: Instituto Cultural Dinâmica Energética do Psiquismo, 2000. [The emerging unconscious: an introduction to the energetic dynamic of psychism.]

CAPRA, Fritjof. *The Tao of Physics*. Boston: Shambhala Publications, 2000.

_____. *The Turning Point*. New York: Bantam, 1983 (book and video).

_____. *Uncommon Wisdom*. New York: Bantam, 1989.

_____. *Hidden Connections: science for a sustainable living*.

London: Harper Collins, 2002.

INTERVIEW with Amit Goswami. São Paulo: TV Cultura, 2001. Video.

GOSWAMI, Amit. *The Self-Aware Universe*. New York: Tarcher Books, 1995.

_____. *The Physics of the Soul*. Charlottesville: Hampton Roads Publishing, 2001.

NICHOLSON, Shirley. *Ancient Wisdom, Modern Insight*. Adyar: The theosophical publishing house, 1985.

SÁNDOR, Pethő. *Ideias sobre psicoterapia* [Ideas on Psychotherapy], (ca. 1985). (leaflet).

SOUZA, Walter. *O novo paradigma*. [The New Paradigm]. São Paulo: Cultrix, 1993.

TOBEN, B.; WOLF, A. *Space, time and beyond*. New York: Plume, 1975. VON FRANZ. Science and the Unconscious. In: Jung, C.G. *The Man and his Symbols*. London: Picador, 1978.

"What the Bleep do we Know?". USA: Playarte, 1995. Film (108 min.)

Saggezza Eterna

La Saggezza Eterna, come è stata chiamata da Sant'Agostino, è stata definita come Filosofia Eterna da Leibniz e da Aldous Huxley e Saggezza Antica dai sistemi esoterici della Teosofia e l'Antroposofia. L'espressione designa un corpo di idee e principi che sono presenti in diversi sistemi di conoscenza, come nelle culture egiziana e greca, nelle tradizioni orientali come quella cinese, la Hindu e la tibetana, che oggi sono rivisitati dalla moderna ricerca della fisica, in particolare della fisica quantistica e della fisica di Einstein. Una definizione che comprende una serie di presupposti generali di spiegazione, di ordinamento e descrizione del funzionamento dei fenomeni universali sono le grandi leggi.

Queste possono corrispondere alle idee archetipiche di Platone, sono presenti nella psicologia analitica di Jung e trovano una preziosa sintesi in *Kybalion* (1), il testo di Hermete Trimegisto, dove appaiono nella forma di sette principi: il principio del mentalismo; il principio di corrispondenza; il principio di vibrazione, il principio di polarità, il principio del ritmo, il principio di genere e il principio di causa ed effetto.

1. *Kybalion*, in ebraico significa tradizione o precetto manifestato da un essere dall'alto ed ha la stessa radice della parola *Kabbalah*, che significa ricezione.

Ermete Trimegisto è la versione latina di "Ermete, il Tre-Volte-Grandissimo", significato originale del nome in greco. In termini mitologici, la figura combinava in modo sincretico aspetti del dio greco Hermes, considerato dagli egiziani il messaggero degli dei per trasmettere il sapere e la pratica delle tradizioni sacre, rituali sacri e insegnamenti sull'arte e sulle scienze nelle sue scuole di saggezza, e del dio egiziano Thot, simbolo della logica e dell'armonia dell'universo e dio della parola e della sapienza.

Il *Kybalion* è attribuito a questo presunto saggio dell'antico Egitto, che rappresenterebbe una triplice entità o l'incarnazione del dio Hermes, potrebbe perfino essere il nome dato a un insieme di conoscenze sacre di quel tempo. *Kybalion* sintetizza mirabilmente le grandi leggi, che si sono sviluppate in sistemi tanto diversi come il Sufismo, il Taoismo, l'Alchimia o la fisica quantistica. Ermete Trimegisto presenta quindi le seguenti leggi, i "sette principi ermetici":

Principio del mentalismo: TUTTO È MENTE; l'Universo è Mentale. (L'universo è inconoscibile e indefinibile in se stesso, sebbene funzioni come una Mente vivente e infinita).

Principio di corrispondenza: come in alto, così in basso; come in basso, così in alto. (Esiste un percorso bidirezionale tra micro e macrocosmi, con una corrispondenza tra le leggi e i fenomeni di diversi piani di Esistenza e di Vita).

Principio di vibrazione: niente riposa tutto si muove; tutto vibra. (C'è vibrazione dalle galassie alle particelle subatomiche, la differenza risiede nel livello raggiunto nella scala: più alto è il livello di vibrazione, più alta sarà la posizione nella scala).

Principio di Polarità: tutto è Doppio; tutto ha poli; tutto ha la sua coppia di opposti; uguale e disuguale sono gli stessi; gli opposti sono di natura identica ma di grado diverso; gli estremi si incontrano; tutte le verità sono solo mezze verità; tutti i paradossi possono essere riconciliati. (Ad esempio, la coppia luce/oscurità, in cui quest'ultima è semplicemente l'assenza di luce o la coppia amore/odio, in cui non è possibile determinare la sottile frontiera tra l'uno e l'altro).

Principio del Ritmo: tutto scorre dentro e fuori; tutto ha le sue maree; tutte le cose salgono e scendono; l'oscillazione a pendolo si manifesta in tutto; la misura del movimento di oscillazione verso destra è la misura del movimento di oscillazione verso sinistra; il ritmo compensa. (Si tratta di un movimento simile al pendolo, oscillante, che si manifesta in infiniti cicli di creazione e distruzione).

Principio di Genere: il genere è in ogni cosa; ogni cosa ha il suo principio maschile e femminile; Il genere si manifesta su tutti i piani. (Ogni principio è incapace di far funzionare l'energia senza l'altro).

Principio di Causa ed Effetto: ogni Causa ha il suo Effetto: ogni effetto ha la sua Causa; tutto accade secondo la Legge; la Casualità è solo il nome che si dà ad una Legge non riconosciuta; esistono molti piani di causalità, ma nulla sfugge alla Legge.(2) (Trimegistos, 2009).

2. Si noti qui che non è la causa che conosciamo dalla filosofia cartesiana e dalla scienza pre-Einstein, ma una causa molto più ampia, di difficile (se non impossibile) accesso alla coscienza. Sarebbe la causa maggiore postulata da Einstein, che ordina l'universo; cioè, l'universo, per Ermete ed Einstein, non è caotico o casuale, ma causale, sebbene le grandi leggi possano non essere riconosciute e definite dalla nostra razionalità.

Come si vede si tratta di una presentazione approfondita di questi grandi principi universali che possiamo trovare, attraverso epoche e culture diverse, in espressioni come:

- Platone: "L'idea nasce dall'essere".
 - Eraclito: "Il Reale è un'unità di opposti, un flusso continuo".
 - Lao Tzu (3): "Il non-essere e l'essere hanno radici nella stessa essenza primordiale; [...] quando gli opposti si uniscono, si realizza il mistero".
 - Cristianesimo: "All'inizio era il Verbo, e il Verbo era con Dio e il Verbo era Dio".
 - Alchimia (4): "L'uno si trasforma nel due, che evolve nel tre, da lì appare il quattro, che è di nuovo uno" (Maria Profetisa).
 - Hegel: tesi, antitesi e sintesi sono momenti distinti nei quali ciascun aspetto dell'Idea è affermata, negata e superata (dialettica).
 - Teilhard de Chardin: "Il centro universale dell'unificazione deve essere concepito come preesistente e trascendente".
- * Leibniz (5): "C'è una sintonia tra le monadi, un'armonia pre-stabilita".

3. Saggio cinese nato tra il 1324 e il 1408 aC, autore dello scritto *Tao Te Ching* (*Il libro del sentiero e della virtù*), considerato la struttura centrale del taoismo.

4. Secondo la maggior parte degli studiosi, la parola "alchimia" deriva dall'espressione araba *al Khen* (di radice greca, *elkimya*), che significa "il paese nero", il nome dato all'antico Egitto, ed è un riferimento all'ermetismo, al quale si richiama. Secondo altre opinioni, il termine è correlato alla parola greca *chyma*, che si riferisce alla trasmutazione dei metalli.

Nel 1676 Leibniz formula la teoria nota come dinamica, che sostituiva l'energia cinetica con la conservazione del movimento. Egli riorganizza il pensiero di Cartesio, affermando che la riduzione cartesiana della materia all'estensione non spiega la resistenza, la "forza", che la materia offre al movimento. Da questa nozione di materia come attività, Leibniz giunge all'idea che l'universo è composto da unità di forza, le monadi, che non hanno estensione, non sono divisibili né materiali e che sono l'elemento che compone tutte le cose

In sistemi religiosi diversi, sia occidentali che orientali, troviamo idee come:

- L'integrazione degli opposti. (6)
- La complementarità macrocosmo/microcosmo; l' "empatia di tutte le cose", per i Greci; la corrispondenza alto/basso per Ermete; l'integrazione spirito/materia presente, per esempio, nell'affermazione teosofica di Helena Blavatsky che la materia è solo lo spirito che vibra in una forma densa, e lo spirito è la materia nella sua vibrazione più sottile ...

Decenni dopo Einstein affermava che $E = mc^2$, e cioè che materia ed energia sono un continuum, e la Fisica Quantistica funzionava con la complementarità spazio/tempo. Con il concetto di sincronicità, con la ricerca di un'integrazione coscienza/incoscienza, ego/sé, luce (coscienza)/ombra, Jung percorre la stessa idea di correlazione tra diversi piani di coscienza e tra diversi piani di materia/energia.

- L'eterno ritorno, la circolarità, gli estremi che si incontrano, Uroborus che si morde la coda.

6. E' possibile osservare questo principio in varie culture e filosofie: nel Taoismo, l'immagine di yin/yang (principio maschile e femminile); il concetto della via di mezzo nella filosofia buddista; nella mitologia greco-romana abbiamo l'esempio del dio Ermafrodita (un essere duale, androgino), che simboleggia l'unione dei principi maschile e

femminile, il Caduceo, l'attributo del dio Mercurio o Ermes, simbolo di antagonismo ed equilibrio di energie negative e positive. Nella mitologia indù, la figura di Shiva Nataraja, il creatore e il distruttore dell'universo, colui che mantiene l'equilibrio cosmico e offre metà del suo corpo perché serva come dimora alla sua consorte, Parvati. Questa immagine di Shiva-Shakti simboleggia la vita universale e individuale come interazione incessante di opposti che cooperano.

- Il Tutto contenuto e contenente l'individuo, la concezione olistica.
- Auto-conoscenza come percorso di crescita, attraverso prove e ostacoli che, adeguatamente vissuti, determineranno l'evoluzione della coscienza e la visione di un mondo più globale.

Come afferma Hegel, le diverse filosofie non sono che una sola in differenti stadi di sviluppo, mentre i principi specifici su cui si fonda un sistema non sono altro che rami di un unico e medesimo insieme.

La Teosofia è un sistema filosofico che contiene elementi del corpo di idee di cui abbiamo parlato, e si propone oggi come sostituzione della scienza e della religione antiche, come un sistema di conoscenze capace di adempiere la funzione religiosa dell'essere umano del futuro. Questa funzione (7) per Jung, non ha niente a che vedere con i credi o le chiese, ma va incontro ad un istinto, quello di conoscere più profondamente se stessi e il mondo; istinto che, se non realizzato nella seconda parte della vita (metanoia), darà origine a malattie fisiche o psicologiche.

7. Questa funzione religiosa, che per Jung è uguale alla ricerca d'individuazione, sarebbe naturalmente presente nell'anima umana, e la più grande sfida sarebbe la trasposizione dell'archetipo dell'immagine di Dio alla coscienza. Sarebbe cioè il salvataggio di parte di noi stessi (l'archetipo del sé realizzerebbe questo compito di catalizzare e centralizzare l'energia psichica) nelle profondità dell'inconscio collettivo, l'Anima del mondo, un grande organismo vivente nel quale tutte le cose sono interconnesse e operano insieme in un grande *continuum* vivente. Essere individualizzati significa incontrarsi con l' "estraneo", con l'altro dentro di noi, attraverso un linguaggio simbolico alla ricerca della trasposizione degli opposti e della totalità.

Bibliography / Bibliografia

BESANT, Annie. *The Ancient Wisdom*. Boston: Adamant Media Corporation, 2001.

_____. *Brahma Vidya: Divine Wisdom*. Montana: Kessinger Publishing, 2003.

CAVALCANTI, Raissa. *O caminho sagrado*. [The Sacred Path]. São Paulo: Rosari, 2004.

HUXLEY, Aldous. *The Perennial Philosophy*. New York: Harper and Row, 1970.

TRIMEGISTOS, Hermes. *The Kybalion*. Radford: Wilder Publications, 2009.

Teosofia Agni Yoga

Il termine "teosofia" deriva dal greco theos, "dio" e sophia, "saggezza", cioè letteralmente significa "saggezza divina". La Teosofia risale a tempi molto antichi con origini in India, Babilonia, Egitto, Grecia, ecc. Helena Blavatsky (1831-1891) la considerava come una religione-saggezza arcaica. La teosofia moderna è stata diffusa in occidente da HS Olcott (1832-1907) e dalla stessa Blavatsky, dopo aver trascorso un periodo di apprendimento e di ricerca in India, dove recuperò i vecchi insegnamenti contenuti nel *Brahma-vidyâ* (saggezza divina) e nel *Para-vidyâ* (saggezza suprema).

Nel 1875 fu fondata a New York *The Theosophy Society* (la Società Teosofica) con i seguenti obiettivi: 1) formare un nucleo di fraternità universale dell'umanità, senza distinzione di razza, credo, casta o colore; 2) promuovere lo studio comparato delle religioni, letteratura e scienze degli ariani e dei popoli orientali; 3) studiare le leggi sconosciute della natura e dei poteri psichici latenti nell'uomo.

I principali autori dei testi di teosofia sono Helena Blavatsky, con la sua vasta opera *La Dottrina Segreta* (The Secret Doctrine), Annie Besant e Charles W. Leadbeater, con varie opere, e Alice Bailey, della quale il dottor Sándor considerava particolarmente utile lo studio di opere come la *Guarigione Esoterica*, *Astrologia esoterica*, *Psicologia Esoterica* e *Telepatia e il Veicolo Eterico*. Nei suoi gruppi Sándor inseriva anche letture di Helena Roerich, della serie Agni Yoga, come *Cuore*, *Aum*, *Gerarchia* e *Mondo del Fuoco*.

Nella presentazione di *The Voice of Silence* (La Voce del Silenzio), della Blavatsky, tradotto dal poeta Fernando Pessoa, Veiga afferma che Fernando Pessoa è stato toccato dalla teosofia, come lo furono il pittore Mondrian, il musicista Scriabin, i poeti Yeats e George Russel e altri (Thomas Edson, Aldous Huxley e Bernard Shaw). La teosofia è una specie di fonte comune di tutta la scienza, filosofia e religione. È una vera Teoria della Conoscenza unificata, prima della formulazione della Teoria del Campo Unificato di Einstein. L'idea centrale, quella dell'Unità, può essere trovata chiaramente nell'Induismo, dove ogni cosa nell'universo è una scintilla di Assoluto nel processo di riunificazione con esso. Il grande combattente per la liberazione dell'India, Mahatma Gandhi, ha riconosciuto che è stato un libro della Blavatsky, *La chiave della Teosofia*, che ha risvegliato in lui l'interesse per le radici del suo popolo.

Nel saggio "Fernando Pessoa, il teosofista", che precede il libro della Blavatsky, Murilo Nunes de Azevedo scrive:

Fernando Pessoa ha visto cose fuori dal tempo, nel qui e ora. Era un mistico che riusciva a penetrare i falsi valori con cui l'uomo maschera la realtà ultima. Era un vero occultista, poiché sapeva discernere l'occulto oltre le apparenze. La sua poesia è impregnata, ha radici nell'inconscio collettivo più profondo. Si bagna nelle acque che esistono nelle regioni profonde dell'essere umano. Secondo Jung, nel suo saggio "Poesia e Psicologia": "L'autentica esperienza poetica sboccia dalle regioni profonde dell'anima, salutare e benefica, preesistenti alla segregazione delle coscienze individuali, che da questo seno collettivo seguono i loro dolorosi passi. Fiorisce da queste regioni dove tutti gli esseri vibrano ancora all'unisono e dove, di conseguenza, la sensibilità e l'azione dell'individuo sono un valore per tutta l'umanità". (p. 13)

Come afferma Azevedo, la teosofia "costituisce quindi la base per tutte le scienze, le filosofie e le religioni" (pagina 17). Egli cita anche un brano di Jung tratto dal saggio "Poesia e Psicologia":

Non esiste cultura primitiva che non abbia posseduto un corpo, spesso alquanto avanzato, di segrete dottrine iniziatorie che rappresentano precetti relativi a cose oscure situate oltre la vita umana quotidiana e dei ricordi. I clan maschili e totemici avevano come obiettivo la protezione di questa conoscenza insegnata nelle iniziazioni maschili.

La stessa cosa avveniva nell'antichità. I ricchi misteri e la mitologia non sono altro che una reliquia di passaggi più antichi di esperienze simili. (p. 17)

I principi di saggezza antica, o Teosofia, secondo Shirley Nicholson, nel suo libro *Ancient Wisdom and Modern Insight* (Saggezza Antica e Intuizione Moderna), sono i seguenti:

1. *Evoluzione* (Piano) - Ogni vita umana, dalla nascita alla morte, fa parte di un modello totale di evoluzione individuale. Lo Spirito procede dall'Assoluto e attraversa diverse forme di materia che si sono evolute simultaneamente. Esso inizia nel mondo spirituale nella sua forma più elevata e nel mondo materiale nella forma più bassa. In questo modo, ognuna delle forme, minerale, vegetale e animale, possiede una scintilla del Divino, un frammento dell'indivisibile, che lotta per ritornare al non-manifesto e infine raggiungere la sua forma più elevata come essere umano, acquisendo coscienza di sé. Questo principio è paragonabile al processo d'individuazione di Jung.
2. *Cicli* - di cui la reincarnazione è un caso specifico. I cicli di creazione e distruzione sono senza fine, arrivano uno dopo l'altro per varie epoche, governati da periodicità, flusso e deflusso, crescita e decadenza.
3. *Unità* - Tutte le unità apparentemente separate sono parti di un unico Tutto (interconnesso e interdipendente), cioè il non manifesto, quello che contiene in se stesso la potenzialità di tutte le forme manifeste e di tutte le leggi che lo governano. Questo principio è analogo all'idea di ologismo nella Fisica moderna.
4. *Polarità* - Questo principio è paragonabile all'idea di opposti in vari sistemi, incluso quello di Jung.
5. *Ordine* - Potremmo trovare somiglianze con il principio dell'Ordine che governa l'Universo nel concetto di sincronicità e nel concetto di ordine esplicito e implicito del fisico Bohm.

Potremmo aggiungere un sesto principio: l'idea di un'intelligenza universale, paragonabile all'ipotesi di Gaia di Lovelock. Secondo l'ipotesi di questo ricercatore britannico, la Terra è un sistema vivente, che dispone di meccanismi di autoregolazione, cioè di omeostasi. Sono meccanismi generati e regolati dai processi vitali che forniscono il mantenimento delle condizioni ambientali necessarie alla vita. Questo, infatti, fabbrica, modella e trasforma

l'ambiente, a cui si adatta e al quale realizza la vita che cambia, agendo e crescendo su di essa, in un processo di interazioni cicliche e, quindi, non lineari.

Questa concezione sistemica e olistica della vita "cosciente" (esistono livelli impercettibili di conoscenza che appaiono in forme non verbali) è condivisa anche dal fisico Fritjof Capra, che vede le cose non come elementi isolati ma come parte di schemi vibratorii integrati, combinazioni impregnate di significato, le cui caratteristiche più importanti non si trovano nelle loro parti, ma nel modo in cui queste parti si relazionano e nella loro capacità di adattamento.

La Agni Yoga segue questi principi ed è stato diffuso in Occidente per Helena Roerich e Nicholas Roerich. È un insegnamento e una pratica per un percorso evolutivo della coscienza. Mira ad avvicinare i Grandi Maestri di Saggezza, con il Mondo Sutile, con il Mondo di Fuoco e ai Mondi Lontani. Il Dott Sándor ha insegnato a piccoli gruppi come leggere questi libri.

Bibliography

AZEVEDO, Murilo Nunes de. Fernando Pessoa: o teósofo. [Fernando Pessoa: The Theosophist]. In: BLAVATSKY, Helena. *A voz do silêncio*. [The Voice of Silence]. 2 ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1972.

BAILEY, Alice. *Initiation, Human and Solar*. New York: Lucis Publishing Company, 1922.

_____. *Esoteric Healing*. New York: Lucis Publishing Company, 1953.

_____. *Education in the New Era*. New York: Lucis Publishing Company, 1974.

_____. *Telepathy and the Etheric Vehicle*. New York: Lucis Publishing Company, 1980.

_____. *Esoteric Astrology*. New York: Lucis Publishing Company, 1982a.

_____. *Esoteric Psychology*. New York: Lucis Publishing Company, 1982b.

BESANT, Annie. *The Ancient Wisdom*. Boston: Adamant Media Corporation, 2001.

BLAVATSKY, Helena. *A voz do silêncio*. 2. ed. Trad. Fernando Pessoa. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1972.

_____. *A sabedoria tradicional*. [The Traditional Wisdom]. São Paulo: Hemus, 1982.

_____. *The Secret Doctrine*. Wheaton: Quest Books, 1993.

- _____. *A doutrina mística*. [The Mystical Doctrine]. São Paulo: Hemus, 1995.
- _____. *The key to Theosophy*. Boston: Adamant Media Corporation, 2000.
- _____. *The Voice of Silence*. Montana: Kessinger Publishing, LLC, 2007.
- FORTUNE, Dion. *The Esoteric Philosophy of Love and Marriage*. San Francisco: Red Wheel / Weiser, 2006.
- HODSON, Geoffrey. *Kingdom of the Gods*. Montana: Kessinger Publishing, 2003.
- LEADBEATER, C. W. *The Masters and the Path*. New Orleans: Cornerstone Book Publishers, 2007.
- NICHOLSON, Shirley. *Ancient Wisdom, Modern Insight*. Wheaton: Quest Books, 1985.
- ROERICH, Helena (Morya). *Fiery World*. New York: Agni Yoga Society, Inc., 1946.
- _____. *Agni Yoga*. New York: Agni Yoga Society, Inc., 1954.
- _____. *Heart*. New York: Agni Yoga Society, Inc., 1975.
- _____. *Hierarchy*. New York: Agni Yoga Society, Inc., 1977.
- _____. *AUM*. New York: Agni Yoga Society, Inc., 1980.
- SARAYDARIAN, Torkom. *Irritation, the Destructive Fire*. Houston: Saraydarian Inst., 1992.
- STEINER, Rudolf. *Theosophy*. General Books LLC , 2009.
- LA SALA BATA, Angela. *Conhecer para ser*. [Know in Order to Be]. São Paulo: Pensamento, 1997.

Astrologia

Senza dubbio l'Astrologia è stata un'altra grande guida epistemica nella visione del mondo e nell'opera del dott. Sandor. Per molti anni (decenni, in realtà) si è dedicato allo studio, alla pratica e all'insegnamento dell'Astrologia a gruppi ristretti, all'inizio chiusi e perfino "segreti", per evitare incomprensioni e persecuzioni da parte degli ambienti accademici e medici più reazionari. Anche perché, come già accennato, la trasmissione di un sapere più profondo ha sempre un aspetto esoterico, al di là della divulgazione exoterica. Qui, è importante osservare che Sándor non sarebbe d'accordo con l'idea attuale che l'Era dell'Acquario presuppone un'apertura ampia e illimitata di tutte le idee. Sembra piuttosto che, sebbene la comunicazione globale e la rapida trasmissione di informazioni siano chiaramente un paradigma Acquariano, la parte più essenziale del sapere non può essere pubblica, ma mantiene necessariamente un carattere "segreto / sacro".

L'astrologia seguita da Pethö Sándor è quella che costituisce un corpo molto antico di conoscenze e di pratica dell'influenza e dell'interazione dei corpi celesti con la vita umana, in una visione di corrispondenza o sincronicità dei piani (Ermete Trimegisto: ciò che sta in basso è come quello che sta in alto). "Dobbiamo imparare il pensiero analogico", usava dire il nostro Professore. Possiamo vedere qui il rapporto con lo sviluppo dell'intuizione, discusso in un altro capitolo, e con il nuovo pensiero che richiede la Fisica moderna: pensiero olistico, globale e sincronico, in sostituzione del pensiero cartesiano logico/formale e meccanicistico.

Questa visione dell'astrologia presuppone una presa di distanza da ogni determinismo rigido e statico. Sándor citava spesso un aforisma di sant'Agostino, il grande astrologo: "*Astera inclinans, non necessitans*", "le stelle inclinano, non determinano", oppure, rivelano tendenze / predisposizioni, ma è l'essere umano, con il suo libero arbitrio, che determina come queste tendenze / predisposizioni si realizzeranno. L'idea è che, più conoscenza

abbiamo (più consapevolezza), più possiamo svolgere la nostra azione nella direzione di queste tendenze e avanzare per il nostro percorso nel modo appropriato. Come direbbe Jung, è il processo di realizzazione della nostra individuazione che collega il sé all'ego nella nostra equazione personale. Oppure, in una visione più quotidiana: "Il libero arbitrio è la capacità di fare liberamente esattamente ciò che dovremmo fare".

Questa posizione quindi si differenzia dalle molte proposte astrologiche rudimentali fatte di diverse previsioni o da una lettura superstiziosa, purtroppo molto comune, del tipo "Quando mi sposerò?", "Guadagnerò molti soldi?", ecc. È necessario separare il grano dalla pula: separare l'astrologia praticata seriamente secondo i principi profondi, dalle proposte superficiali o commerciali che sfruttano le diverse mode.

D'altro canto, non avviene forse lo stesso con tutte le "nuove" idee che appartengono al paradigma Acquariano, come la psicologia profonda, la psicologia transpersonale, le varie tecniche e approcci corporei, le terapie cosiddette alternative? Questo è il motivo per cui la nostra epoca presenta così tante sfide per la coscienza, per coloro che desiderano davvero seguire il nuovo percorso autentico, e non le vecchie strade o le falsità e gli errori esistenti.

Un aspetto interessante dell'astrologia nella nostra visione del lavoro con i pazienti sta nel beneficio che possiamo trarne quando lo usiamo come strumento di sostegno nell'osservazione delle tipologie. Seguendo la caratterizzazione di Jung, secondo le funzioni pensiero/sentimento e sensazione/intuizione, Sándor associava ciascuna funzione a un elemento della carta astrologica, nel modo seguente:

terra = sensazione,
acqua = sentimento,
fuoco = pensiero,
aria = intuizione

A questo punto è necessario sottolineare, per coloro che studiano l'astrologia, che c'è disaccordo tra astrologi, e molti associano il pensiero all'aria e l'intuizione al fuoco. Tuttavia ci sembra che se osserviamo i tipi aria (Acquario, Gemelli e Bilancia) troveremo che presentano tipicamente la funzione intuitiva mentre è inferiore la funzione della sensazione. In effetti, la caratteristica dei Gemelli è l'intelligenza, con Mercurio rapido e intelligente, ma questo non significa necessariamente dare la precedenza al pensiero nel

valutare e agire nel mondo (questo è decisamente qualcosa che il Gemelli tipico non fa). D'altra parte, è più caratteristico trovare la funzione pensiero predominante in Sagittario, Ariete e Leone (fuoco). E, in una gerarchia energetica, la terra si evolve in acqua, l'acqua in fuoco, il fuoco in aria, che cambia la sensazione in intuizione, come porta dell'inconscio, che coincide con la sequenza delle dita nella caltonia.

Osservando una carta astrologica, i pianeti sono posizionati nei segni:

Capricorno, Toro e Vergine = terra;

Pesci, Cancro e Scorpione = acqua;

Ariete, Leone e Sagittario = fuoco;

Gemelli, Bilancia e Acquario = aria.

Possiamo quindi calcolare la somma totale degli elementi presenti in una mappa astrologica. Sándor ha fatto questo calcolo attribuendo i seguenti valori ai pianeti:

Sole, Luna, ascendente e Mercurio = 2

Altri pianeti = 1 (la somma deve sempre essere 15)

In questo modo, conoscendo il segno (l'elemento) in cui si trova ogni pianeta, facciamo il calcolo e abbiamo un aspetto più globale della tipologia del paziente. Per esempio: abbiamo il Sole in Sagittario, Mercurio e Marte anche in Sagittario, Luna in Leone e nulla in Ariete, quindi, fuoco = 7; ascendente e Saturno in Acquario e niente in Bilancia e Gemelli, aria totale = 3; Nettuno e Urano in Capricorno, Giove in Vergine, nulla in Toro, terra totale = 3; Plutone e Venere in Scorpione, niente in Pesci e Cancro, acqua totale = 2, un quadro che suggerisce un tipo con la funzione pensiero al primo posto.

A questo possiamo aggiungere l'osservazione dell'esistenza di più pianeti sopra o sotto la linea dell'ascendente, che corrispondono all'estroversione e all'introversione. Ricordiamo ancora una volta che si tratta di considerazioni che non devono essere né deterministiche né statiche. Possono servire per osservare quale elemento o funzione necessita di essere dinamizzata in una certa persona o quale elemento è irritato e richiede equilibrio; essi sono presenti nelle basi dell'astrologia e nella compensazione psichica di Jung. Questi elementi possono contribuire al lavoro, sia verbale che fisico. Per esempio, laddove c'è mancanza di terra, si lavora molto sul corpo e si cerca di aiutare a far mantenere i piedi per terra. Dove vogliamo rinforzare l'acqua, si osservano soprattutto i sentimenti e si lavora usando anche l'acqua. Se è

necessaria l'aria, bisogna stimolare la fantasia e usare la respirazione, e dove è necessario il fuoco, si rafforza l'attività mentale e l'energia della libido.

Inoltre Sándor associa le dita ai pianeti e agli elementi, come segue:

dito medio = Saturno terra;

indice = Giove acqua;

anulare = Sole fuoco;

mignolo = Mercurio, aria.

Pertanto possiamo anche usare con maggiore enfasi il dito dell'elemento che desideriamo stimolare in un particolare paziente, come risorsa più "avanzata". (Per quanto riguarda il pollice, come abbiamo visto, è il dito che rappresenterebbe Venere, che in calatonia "ha rapporti con tutti").

Come esempio di applicazione pratica dell'astrologia nell'attività di un terapeuta, secondo questa visione, cito il consiglio di Sándor riguardo ai pazienti che vengono da noi. Il Professore soleva dire che coloro che avevano Saturno in congiunzione con il Sole natale del terapeuta devono essere visti con grande cautela, poiché sono portatori di grandi sfide e di scontri profondi: "Non prendete questi pazienti se vi siete diplomati da meno di 5 anni; se vi siete diplomati dai 5 ai 10 anni, potete farlo, ma con molta attenzione; dopo 10 anni dal diploma si è già 'vecchi volponi'".

Può sembrare un consiglio difficile da seguire per chi non capisce l'astrologia, ma in realtà è semplice. Il Sole natale si trova in quello che chiamiamo il nostro segno zodiacale; dato che Saturno è molto lento, possiamo verificare in quali anni si trovava nel nostro segno - i pazienti nati in quegli stessi anni saranno per noi i "Saturniani". Che sia chiaro però, come per gli altri insegnamenti di Sándor, questo non dovrà essere osservato in modo dogmatico e rigido; serve più come informazione che può aggiungere un ulteriore grado di consapevolezza nella nostra osservazione dei pazienti.

È interessante osservare che Sándor, così altruista e disponibile, sapeva che non dovevamo lavorare con tutti quelli che si rivolgevano a noi: "A volte la soluzione migliore è inviare la persona ad un bravo collega; e comunque, non lasciare mai nessuno senza una persona di riferimento". Vediamo qui un buon esempio di "economia energetica" che Sándor praticava: investire tutte le forze con dedizione per quanto riguarda il nostro compito; ma laddove il

caso non ci riguarda, non sprecare energia, lasciandoci trascinare dietro pseudo-impegni o sensi di colpa. Questo atteggiamento faceva sì che Sándor "interrompesse", a volte radicalmente, le conversazioni e le situazioni, e ancora una volta veniva frainteso. Egli seguiva davvero gli orientamenti del sé, connesso in molti modi, anche attraverso l'astrologia. Per esempio, siccome aveva Saturno in seconda casa, Sándor accettava di vivere il suo Saturno sempre con uno stile di vita semplice e frugale, con scarso interesse per la ricchezza materiale perché questo pianeta significa limite, lotta e restrizioni e la seconda casa si riferisce esattamente ai possedimenti, inclusi quelli materiali.

Un altro esempio di osservazione astrologica collettiva è stata l'affermazione di Sándor che la posizione di Plutone in quegli anni avrebbe comportato il sorgere e l'emergere di tutto ciò che era nell'ombra, nascosto alla conoscenza del pubblico. La continua esplosione di scandali in aree e luoghi del mondo fra i più diversi rende alquanto concreta quell'affermazione. L'opposizione Saturno/Plutone osservata nei mesi che vanno da luglio 2001 a luglio 2002 mostra anche la forza di questo pianeta: vedi l'attacco agli Stati Uniti.

Sándor riteneva che non ha senso dire "Non do importanza all'astrologia", poiché prestarvi attenzione significa: contemplare le costellazioni, osservarle insieme alle stelle.

Come ulteriore dimostrazione dell'applicazione delle considerazioni astrologiche, segue un brano dell'astrologo Hector Othon sulla croce Acquario/Leone e Toro/Scorpione, elementi base nella transizione all'era acquariana in cui viviamo.

Significato astrologico della "croce planetaria fissa"

In termini di energia, la "croce planetaria" rappresenta la polarizzazione simultanea delle tendenze opposte, che si risolve solo attraverso atteggiamenti generosi che convertono le opposizioni in aspetti complementari.

Le croci provocano profonde trasformazioni in ognuno di noi e nel pianeta. Ma dobbiamo tener conto che queste croci non compaiono dal nulla, sono nel processo dei cicli planetari che abbiamo vissuto fin dalla nostra nascita, quindi, in linea di principio, dobbiamo essere preparati a vivere tali momenti.

Per capire la croce planetaria è importante riflettere sui segni che la compongono poiché sono lo scenario in cui si esprimono le azioni planetarie.

I quattro segni coinvolti sono di modalità fissa che, secondo l'astrologia, provocano una tendenza verso l'inerzia e la durata degli eventi.

In questi segni troviamo la nostra base, le nostre cristallizzazioni e possibili rigidità. La croce che attiva questi segni influenzerà la struttura e le basi del nostro essere, provocando cambiamenti di valori e di paradigmi.

Analisi delle croci, in base ai segni

Acquario - Leone: l'Acquario è legato alla nostra esperienza della dimensione sociale, del Cosmo, della biodiversità, della cooperazione, della solidarietà e della fraternità, mentre il Leone evoca la guida, l'individualità, il magnetismo, l'ego, la coerenza del desiderio e dei bisogni personali.

Tendenze complementari che possono essere armonizzate ma possono anche generare conflitti pericolosi. Come esempio analizziamo la questione del potere nelle istituzioni.

Le istituzioni il cui potere è centrato su una sola persona (peggio ancora se è un tipo macho), andranno incontro a crisi. L'invito astrale è che tutti partecipino, il processo decisionale non deve concentrarsi in una sola persona o in un piccolo gruppo di persone.

Nella situazione attuale, il potere detenuto da una sola persona, o da un gruppo settario, è un rischio per le istituzioni perché ne siamo tutti colpiti in modo profondo; la situazione energetica è complessa, i problemi individuali e settari ne sono potenziati e noi dobbiamo sapere come vivere e dialogare con ciò che è diverso. È molto difficile per una sola persona o un solo gruppo sostenere la questione universale senza violare se stessi o gli altri.

Tutti stiamo vivendo profonde trasformazioni e potremmo aver bisogno, in caso di circostanze impreviste, di condividere le nostre responsabilità e punti di vista. Quando la direzione dipende da un gruppo che rappresenta la popolazione, la mancanza di visione di uno dei suoi membri non è tanto grave per la salute dell'istituzione.

I centri di comando centralizzatori possono sviluppare un attaccamento al loro ruolo di potere. Diventa perciò necessario che i membri oggetto di questo tipo di comando si assumano le loro responsabilità con il potere. Lo schema padre-figlio dipendente è finito. Siamo tutti responsabili e dobbiamo partecipare al potere. Se non cambiamo, saremo consumati da pseudo-

problemi e decisioni pericolose, come accade con la guerra in Iraq, ad esempio.

Le costituzioni che ufficializzano il potere nel mondo, nel nostro paese, nelle nostre istituzioni, centralizzati in una persona o in gruppi settari, devono essere riformulate e questo è responsabilità di tutti. Per quanto riguarda il potere, dobbiamo adottare posizioni più giuste, più solidali e cooperative, e sintonizzarle con i valori della Nuova Era.

Allo stesso modo andranno in crisi anche quelle istituzioni in cui il potere è condiviso ma le parti non si assumono responsabilità, non hanno carisma o iniziativa. Il potere deve essere condiviso ma tra persone o gruppi competenti, onesti, rappresentativi, attenti e solleciti.

Tutti ci troveremo a lottare tra i bisogni personali e i bisogni dei gruppi di cui facciamo parte; tra interesse personale, etica e interesse collettivo e morale. Grazie a Dio durante questi mesi vivremo tutti questo conflitto con lo scopo cosmico di scoprire l'unicità che ci unisce.

L'asse Acquario - Leone si occupa dei grandi temi che si attivano al giorno d'oggi nella transizione verso l'era dell'Acquario:

- individualità x collettività
- desideri e bisogni personali x desideri e bisogni collettivi
- potere centralizzato x democrazia
- orgoglio, eccesso d'isterismo x cooperazione
- pregiudizio x giustizia sociale
- ignoranza, dogmi, radicalismo x informatizzazione, cibernetica, ecologia
- egoismo x altruismo
- conservatorismo x trasformazioni, cambiamenti
- famiglia, tribù, nazioni x integrazione, globalizzazione

La questione cruciale sta nel bilanciare queste tendenze che sono complementari più che opposte. Non serve a nulla un'azione sociale generosa che tiene conto della biodiversità (Acquario), senza convinzioni e principi, senza capacità di dirigenza, senza gioia o magnetismo (Leo). Lo stesso vale per il contrario: non c'è valore in una leadership carismatica, senza una visione del tutto, senza solidarietà, cooperazione e le qualità dell'Acquario.

L'asse Scorpione-Toro eleva le tensioni tra le qualità del segno del Toro (senso di responsabilità, protezione delle basi, pragmatismo, fermezza, consistenza)

e le qualità del segno dello Scorpione (valorizzazione delle relazioni e resa alle emozioni profonde).

Non ci è di aiuto essere pratici, oggettivi, sensuali (qualità del Toro), se non si pratica l'amorevolezza, l'intimità, la ricettività verso l'altro (qualità dello Scorpione). Allo stesso modo, non basta arrendersi all'intimità e alle relazioni profonde, senza un senso di responsabilità, di sicurezza e conforto.

L'asse Taurus - Scorpio comporta le seguenti situazioni:

- pragmatismo x passione
- attaccamento, dogmatismo, testardaggine x amore, affetto
- responsabilità x rischio, sesso, intimità, droghe
- fedeltà x promiscuità
- obiettività x illusione, ispirazione, allucinazione, follia
- energia, materia prima, piantagioni, approvvigionamento, acqua x contaminazione, problemi ambientali e fame
- buon senso, accordi x conflitti, guerra
- percezione, sensibilità x emozione

La croce planetaria riproduce il mistero della Sfinge: "Deciframi o ti divorerò"

Osserviamo che i quattro animali presenti nella croce sono i quattro animali ermetici: Aquila (Scorpione), Toro (Toro), Leone (Leone) ed Essere Umano (Acquario). Dovremmo anche prestare attenzione ai consigli di Ezequiele e Giovanni riguardo al quaternario ermetico:

- avere il coraggio di alzarsi in volo d'Aquila (di osare - Scorpione); avere la massima cura del potere della parola - dire solo ciò che è necessario, al momento giusto, a chi è necessario (tacere - Toro); assimilare tutto il Sapere possibile e con discernimento chiaro, utilizzarlo nella pratica (conoscere - Acquario) ed essere consapevoli della forza della propria Volontà per trasformare ciò che è possibile (volere e fare - Leo).

Questo testo dell'astrologo Hector Othon è stato estratto dal suo scritto del 2000 sulle alterazioni e trasformazioni astrologiche.

Bibliography

ARROYO, Stephen. *Astrology, Psychology and the Four Elements*. Sebastopol: CRCS Publications, 1975.

- _____. *The Practice and Profession of Astrology*. Sebastopol: Sebastopol: CRCS Publications, 1985.
- _____. *Chart Interpretation Handbook: Guidelines for Understanding the Essentials of the Birth Chart*. Sebastopol: CRCS Publications, 1990.
- _____. *Relationships and Life Cycles*. Sebastopol: CRCS Publications, 1993.
- GOODMAN, Linda. *Star Signs*. New York: St. Martin's Paperbacks, 1993.
- GREENE, Liz. *The Astrology of Fate*. San Francisco: Red Wheel / Weiser, 1984.
- _____. *The Inner Planets: Building Blocks of Personal Reality*. New York: Samuel Weiser, 1993.
- OTHON, Hector. <<http://www.xamanismo.com.br/Hector/>>.
- SARAYDARIAN, Torkom. *Symphony of the Zodiac*. Cave Creek: T.S.G. Publishing Foundation, 1988.
- SPATH, Ilse M. *Astropsicologia*. Introdução à astrologia moderna. [Astropsychology. Introduction to Modern Astrology]. São Paulo: Palas Athena, 1984.
- STEINER, Rudolf. *Occult Science: An Outline*. London: Rudolf Steiner Press, 2005.

Sapere intuitivo

L'intelletto ha poco a che fare sulla via della Scoperta.
C'è un salto di coscienza, chiamala intuizione o
quel che vuoi e la soluzione ti arriva,
e non sai come o perché.
Albert Einstein

Jung ha formulato il concetto di funzioni psicologiche della coscienza e le ha distribuite come segue:

- funzioni della percezione: sensazione e intuizione
- funzioni di valutazione: pensiero e sentimento

Quindi, a guidare le nostre azioni abbiamo due funzioni di percezione del mondo e due funzioni di valutazione. Attraverso la percezione, comprendiamo il mondo in due modi: attraverso i cinque sensi fisici (tatto, vista, udito, olfatto e gusto) ed è la funzione della sensazione; attraverso la percezione senza oggetto, non concreta, che viene dall'interno: l'intuizione. Alle informazioni che ci forniscono la sensazione e l'intuizione attribuiamo valori e giudizi mediante funzioni razionali, sentimento e pensiero, che sono molto influenzati dal contesto sociale e culturale e, pertanto, oggi sono molto deturpati e distorti da condizionamenti esterni, provenienti dall'ambiente e dalle istituzioni (famiglia, scuola e i media). Anche la funzione dei sentimenti, considerata "profonda" o "autentica" in alcune culture, subisce una forte influenza da parte dei paradigmi sociali e culturali.

Il lavoro corporeo, nella nostra modalità di lavoro, favorisce una percezione dell'altro e di noi stessi un po' meno contaminata, poiché nel momento

dell'azione miriamo a sospendere il giudizio e il ragionamento, il più possibile naturalmente, e lasciamo agire i sensi (soprattutto tatto e vista) sulla sensazione, lasciamo emergere gli elementi dell'intuizione, che, secondo Jung, è una percezione indipendente dalle sensazioni e passa attraverso l'inconscio. Quindi il lavoro sul corpo serve da "canale" affinché emerga l'intuizione e sia percepita dalla coscienza.

Si verifica allora una strana combinazione di sensazione/intuizione, in modo tale che spesso possiamo "ascoltare" e "vedere" i nostri pazienti con la punta delle dita, e abbiamo percezioni dello stato e del percorso dell'energia fisica, psichica ed "esperienziale". Pertanto sosteniamo che il lavoro corporeo è anche una forma di diagnosi e prognosi.

La relazione che si instaura tra terapeuta e paziente, come abbiamo visto nel capitolo "Calatonia e Tocchi sottili: il metodo", avviene sempre nelle due dimensioni: conscia e inconscia, con scambi in ogni senso di questa interazione, fra i quali possiamo sottolineare l'evocazione della figura del guaritore interno per entrambi.

Il dottor Sándor era solito consigliare ai terapeuti di connettersi con un "terzo punto" quando applicavano i tocchi. Insegnava questa immagine del terzo punto come un modo per spostarsi da una prospettiva essenzialmente bi-personale con il paziente e per sospendere per un po' il giudizio e le intenzioni razionali, per aprirsi a quella prospettiva più ampia di *holos*, o quel campo globale che trascende la dualità. Questo aiuta ad evitare di porre l'accento sul controllo o sulle intenzioni personali e a mantenere l'attenzione psichica del terapeuta "fluttuante". È anche un modo per costellare l'energia archetipica della cura e del curatore, inserendo entrambi, terapeuta e paziente, all'interno del campo energetico più ampio che li contiene.

L'effettiva guarigione della nostra ferita primordiale, la separazione egoica dal tutto, viene da questa intenzione e immagine totalizzante. La relazione terapeuta/paziente si potenzia attraverso il legame corporeo che si instaura durante il tocco e dalle reazioni psico-fisiche, dalle sensazioni corrispondenti, dai sentimenti e dalle immagini interiori che appaiono in modo spontaneo. Tale relazione porta con sé una gamma di significati e sensazioni (non necessariamente razionali o verbali) che soddisfano i bisogni del paziente in quel momento specifico, esercitando un ruolo di autoregolazione verso l'omeostasi, in sintonia con le caratteristiche di ciascun individuo.

L'intuizione è una funzione psicologica fondamentale. Tuttavia, nella nostra realtà sociale e culturale è estremamente fraintesa e vituperata. A scuola, in

famiglia "diseduciamo" i bambini, insegnando loro a dubitare delle loro percezioni intuitive e a reprimerle. Così danneggiamo gravemente il loro sviluppo, specialmente dei tipi più intuitivi, e rendiamo ancora più difficile la connessione con l'universo non cosciente o inconscio, dove risiedono la nostra origine, la nostra evoluzione e le informazioni relative a questo cammino.

In questo modo gli adulti che attualmente cercano di sviluppare la loro funzione intuitiva devono de-condizionarsi dalle categorie critiche e distorte di pensieri e sentimenti riguardo al significato e all'uso dell'intuizione inculcati nella loro coscienza (e negli strati più superficiali del subconscio). Il lavoro corporeo può avere un ruolo importante nella "rieducazione" della percezione, sia negli adulti che nei bambini che desideriamo educare in modo più ampio e libero da pregiudizi, in questa nuova era. (1)

Nei sistemi esoterici la conoscenza intuitiva, quando è sviluppata e appare in una dimensione più profonda, è chiamata retroconoscenza quando è sviluppata ed emerge in una dimensione profonda. Ma in misura minore può sempre esistere negli stati alterati di coscienza, quando è possibile connettersi agli archivi dell'inconscio collettivo, chiamati *akashici* (2) nell'esoterismo. In questi archivi, sono presenti in forma archetipica le idee della conoscenza umana, come grandi paradigmi che si concretizzano in periodi diversi con formulazioni diverse, adeguate a ciascuna cultura.

Quindi, esplorare i diversi stati di coscienza e allenarsi a mantenere la corretta osservazione e interscambio tra archivi sarebbe un modo per sviluppare la conoscenza intuitiva. Alcune linee guida possono aiutare in questo lavoro:

- Osservarsi con la massima consapevolezza possibile e registrare le proprie impressioni.
- Cercare di seguire sempre l'intuizione, che a volte si differenzia dal senso comune e dalla logica che adottiamo normalmente.
- Accettare le responsabilità sempre maggiori e più profonde che derivano dall'intuizione (*respons-abilità*).

1. Su questo tema, ricordiamo l'eccellente libro di Alice Bailey, *Educazione alla nuova era*.

2. Akasha è un termine sanscrito che designa la sostanza primordiale nella quale sono registrati tutti gli eventi delle nostre molteplici esistenze, che si esprimono essenzialmente

in ricordi e sensazioni (gusto, udito, tatto, vista e olfatto), tramite sogni o eventi della vita quotidiana.

Calatonia and Physiopsychic Integration 125

- Creare un sistema di domande e risposte per le percezioni intuitive, basato sul tipo di segnale con cui si identifica maggiormente, secondo la tipologia (immagini, suoni, pensieri, sentimenti, ecc.).
- Mantenere lo strumento ricettivo fisico e psichico nella migliore forma possibile.
- Concentrarsi sull'obiettivo ideale di sviluppare sempre la percezione più sottile e discernere ciò che è intuizione da ciò che è immaginazione, fantasia, contaminazione con diversi contenuti interni ed esterni.

Il professor Pethö Sándor ha dedicato decenni della sua vita allo sviluppo della percezione, principalmente come sensibilità e intuizione. Vi hanno contribuito i suoi innumerevoli studi e pratiche in diverse aree, oltre al suo metodo di lavoro. Una delle fonti, e non la meno importante, delle sue idee e delle sue posizioni era precisamente la conoscenza intuitiva, che è possibile contattare grazie al discernimento e tramite un atteggiamento e una pratica equilibrate. Per questo motivo, egli trasmetteva e insegnava sempre un atteggiamento di apertura verso le osservazioni, le immagini, le percezioni, sue dei suoi colleghi e dei pazienti, soprattutto quando erano originate da sogni o da stati alterati di coscienza.

Allo stesso tempo, Sándor esercitava e insegnava un atteggiamento critico, al fine di discriminare tra i contenuti "più autentici" e quelli contaminati da contenuti "personali", o più influenzati da sentimenti, aspirazioni, fantasie che non dall'emersione di materiale proveniente da strati più profondi dell'inconscio. "Non facciamo astrazioni!" ci esortava, per aiutarci ad evitare una tale contaminazione con un processo emotivo più superficiale.

Credo che questo messaggio di fiducia nella funzione intuitiva e l'enfasi sulla necessità di svilupparla in modo adeguato ed equilibrato sia stato uno dei suoi lasciti più importanti. Nel fornire gli strumenti e nell'insegnare l'atteggiamento corretto, egli ha indicato un percorso di sviluppo da seguire.

Bibliography

BAILEY, Alice. *Education in the New Era*. New York: Lucis Publishing Company, 1974.

_____. *From Intellect to Intuition*. New York: Lucis Publishing Company, 1988.

JUNG, C. G. *Psychological Types*. New York: Pantheon Books, 1962.

MATURANA, H. R. *The Tree of Knowledge: the Biological Roots of Human Understanding*. Boston: Shambhala, 1992.

SCHULZ, Mona Lisa. *Awakening Intuition: Using Your Mind-Body Network for Insight and Healing*. New York: Harmony Books, 1998.

SHEALY, C. Norman. *The Intuitive Healer: Accessing Your Inner Physician*. New York: St. Martin's Griffin, 2000.

Aneddoti sul Dott. Sándor

Lo scopo di raccontare queste storie di vita del dott. Sándor è, innanzitutto, di avvicinarlo un po' a coloro che non hanno potuto godere della sua compagnia e delle sue lezioni; in secondo luogo, di illustrare con esempi di vita reale le sue idee, la sua visione del mondo e l'applicazione del suo metodo, principalmente nelle sue pratiche più particolari. Ho cercato di evitare riferimenti di folklore e della sua vita privata, allo stesso tempo ho voluto sottolineare il carattere didattico delle situazioni narrate. (1)

1. Il rematore

Il dott. Sándor faceva sempre molti esempi sulla relazione psico-fisica e l'integrazione. Fin da giovane si era dedicato ad osservarla. E raccontava che da ragazzo quando portava le ragazze a fare un giro in barca, notava che, se remava tenendo i remi con le mani rivolte verso l'alto, sembrava che volesse attirare a sé le ragazze, che allora si mostravano motivate e interessate a lui. Se invece remava tenendo i remi con le mani rivolte verso il basso, in un gesto che sembrava respingere, le ragazze si distraevano e cominciavano a guardare il paesaggio.

1. Ringrazio i colleghi che hanno contribuito alla raccolta di questi racconti, in particolare Eliete Villela Pedroso Horta, Ana Paula Goulart de Figueiredo, Maria di Lourdes Pereira Minari, Jane Eyre Sader de Siqueira, Ana Maria Galvão Rios, Janos Andreas Geocze, Arnaldo Bassoli Jr e Miguel Perosa.

2. Distacco dalle "informazioni"

Il dott. Sándor raccontava che nella sua ricerca per sviluppare la funzione dell'intuizione aveva attraversato molte fasi. Quando era più giovane, provava un immenso interesse, quasi una fascinazione, per le attrici del cinema, questo all'epoca delle grandi stelle del cinema classico. In seguito, gli capitava di provare forti sensazioni prima che fosse data notizia della morte di una di queste stelle. Ha dovuto quindi fare un intenso lavoro di distacco da quelle immagini, in modo che quelle "informazioni" assolutamente inutili non occupassero l'energia necessaria per altre percezioni.

3. Dita e pianeti

Il professor Sándor faceva la seguente associazione tra le dita e i pianeti: il dito medio è Saturno (terra), l'indice è Giove (acqua), l'anulare è il Sole (fuoco) e il mignolo è Mercurio (aria). Quando gli chiesero del pollice, egli rispose: "Questa è Venere, perché va a letto con tutti", riferendosi alla possibilità che ha il pollice di toccare tutte le altre dita.

4. Un'aia senza gallo

Nella sua fattoria Sándor aveva molte galline e nessun gallo. Quindi, decise di comprarne uno. Quando arrivò il gallo, stranamente una delle "galline" iniziò a comportarsi come un maschio, come se anche lei fosse un gallo. Sándor raccontava questa storia per mostrare l'importanza del modello psicosessuale: "Prima la gallina non aveva chi imitare".

5. Ospitalità eschimese

Riguardo ai valori e ai condizionamenti associati alla sessualità, il professor Sándor era solito dire: "Immaginiamo un uomo occidentale che oggi deve affrontare una situazione come questa, che è abituale tra gli eschimesi: offrire la propria moglie per scaldare un visitatore che arriva a casa sua. La sua prima reazione sarebbe un attacco di nervi, ma la seconda già non lo sarebbe più..." ????????

6. La sessualità è naturale

Durante un gruppo di supervisione, una terapeuta raccontò a Sándor il caso di un paziente che aveva avuto un'erezione durante il trattamento di Calatonia. Ne fu sorpresa e disse che la sua altra supervisora le aveva consigliato di interrompere il trattamento. Sándor, molto arrabbiato, le chiese:

"Ma non sa che ogni parte del corpo reagisce con la sua specificità? Come voleva che questa parte reagisse? Cantando?"

Il professore continuò a ribadire: è necessario vivere nella forma più naturale e spontanea le sensazioni che troppo rapidamente etichettiamo come "sessuali". Allo stesso modo è necessario riflettere su come la valutazione di queste sensazioni sia pregiudicata dai nostri condizionamenti. "Bisogna avere naturalezza". Tale esperienza e tale riflessione danno una maggiore libertà e ampiezza all'azione del terapeuta.

7. Il bambino, la benedizione e i chakra

Quando era bambino in Ungheria, Sándor apparteneva a una particolare chiesa protestante. Un giorno un alto ministro di questa chiesa, una specie di vescovo, andò a benedire i ragazzi della sua scuola. Uno per uno, egli posò la mano aperta sulla testa di ogni ragazzo.

Quando arrivò il suo turno, Sándor provò a quel tocco una strana sensazione ai genitali! Scioccato da quella sensazione, così incongruente con la benedizione religiosa, non ne parlò mai con nessuno, ma anni dopo, nel corso dei suoi studi, capì che quella era stata precisamente una manifestazione degli opposti e la connessione tra il chakra inferiore con il chakra superiore. Ecco un altro esempio di come un'osservazione attenta e libera lo abbia aiutato ad approfondire la sua conoscenza e auto-conoscenza.

8 Uno sparo nel sogno

Una collega una volta raccontò al gruppo un sogno in cui le avevano sparato ad una spalla, e la spalla le faceva ancora male. Nel sogno il proiettile era rimasto incastrato nella scapola. Sándor propose, nel suo tipico stile mezzo scherzoso e mezzo misterioso: "Chi vuole rimuovere il proiettile?" Esitando, un'altra persona del gruppo si offrì volontaria. Sándor le disse di soffiare su un punto preciso della scapola, "in modo che il proiettile possa uscire dall'altra parte". Così fu fatto, e la collega che ricevette quel tocco ebbe una forte reazione, con tremori, respiro pesante, alterazione dello stato di coscienza e una sorta di svenimento durante il quale le dita di una mano le si erano contorte in posizione di "artiglio". Sándor prese la mano, la mostrò agli studenti fortemente impressionati e disse: "Guardate che interessante!" Poi poco a poco calmò la paziente con le parole, svolgendo una regressione.

9. L'energia non è uno scherzo

In occasioni come la precedente, quando gli effetti del suo lavoro energetico erano molto intensi, Sándor soleva dire: "Come potete vedere, non è uno scherzo".

10. Jung e le stelle

Una volta, nel sentire uno studente leggere un brano dal libro "Gli Archetipi dell'inconscio collettivo", in cui Jung critica l'astrologia, Sándor disse: "Oltre a tante cose molto importanti, Jung ha detto anche qualche stupidaggine".

11. Jung e il Maestro tibetano

Sándor ci raccontò che una volta Alice Bailey aveva scritto a Jung chiedendogli se era a conoscenza del fatto che quello che aveva scritto era stato ispirato dal Maestro tibetano. Jung le rispose dicendo che non esisteva alcun Maestro tibetano che lo ispirava ...

12. Il nostro ego gonfiato

Quando parlava di glamour o di annebbiamento in Alice Bailey, della tendenza ad esaltare il proprio ego, attribuendo a se stessi poteri e controllo illusori (maya), Sándor diceva che, per esempio, lui poteva sentirsi orgoglioso del fatto di avere sempre tanti gruppi che desideravano ascoltarlo e seguirlo: "Ma questo non mi succede". Poi riconobbe immediatamente che quella stessa affermazione era già un segno di annebbiamento: "Com'è difficile sfuggire a tutto questo ..."

13. Coppie con il muso lungo

Sándor insegnava alle coppie a non dare troppa importanza al fatto che alcuni giorni si svegliavano in disaccordo, "e non riuscivano a guardarsi in faccia", perché a volte questa incompatibilità è semplicemente la conseguenza di essere stati, durante il sonno, in campi dell'inconscio diversi (o su "piani" diversi).

14. Tocchi su un neonato malato

Per operare su un neonato gravemente malato, Sándor consigliò ad una studentessa, che all'epoca allattava al seno, di usare gocce di latte materno con i tocchi sulla colonna vertebrale, insieme ad altri trattamenti. Il bambino ebbe un miglioramento sorprendente.

15. Mike Tyson e il quadrato

Uno dei primi combattimenti con la vittoria spettacolare di Mike Tyson fu trasmesso alla TV di tutto il mondo. Il giorno seguente, sorprendendo gli studenti, che pensavano che Sándor non avesse idea chi fosse Mike Tyson, il professore descrisse il combattimento e disse: "Avete notato che prima di iniziare, durante la presentazione dei contendenti, Tyson 'ballava' intorno all'avversario, formando un quadrato? Questo ha creato un campo energetico, e quando la lotta è iniziata, lui l'aveva già vinta".

16. La nostra borsa a rovescio

A Sándor piaceva molto prendere una borsa di stoffa, rigirla a rovescio e mostrarcela dicendo: "Il rapporto della coscienza con l'incoscio e con gli altri piani è così". Poi continuava ad usare l'immagine della borsa per mostrare anche cosa sarebbe successo alla nostra vita quotidiana con il processo contemporaneo di accelerazione.

17. L'orchestra e l'accelerazione

Su questo processo di accelerazione e la conseguente accelerazione di eventi fisici, sociali e ambientali già allora, quando "ci lamentavamo" delle sensazioni e dei sintomi che i più sensibili provavano, Sándor diceva: "Questo è come il momento in cui un'orchestra si prepara a suonare e i musicisti regolano gli strumenti. Solo dopo inizia la vera sinfonia!" (Oggi, dopo quattordici anni, e con la straordinaria "accelerazione dell'accelerazione" in cui viviamo, probabilmente riusciamo a capire meglio questa immagine).

18. Strangolamento (ovvero: la forza sa come difendersi)

Al termine di una conferenza, Sándor fu avvicinato da un giovane che voleva raccontargli delle sue esperienze relative al "contatto con l'energia": lui e un amico si tenevano le dita strette alla gola l'uno dell'altro bloccando il sangue e il flusso respiratorio, in questo modo osservavano lo stato alterato di coscienza che si produceva... In seguito Sándor ci disse: "Ero sul punto di preoccuparmi ma poi mi sono ricordato di un vecchio detto che dice: "La forza è un'entità intelligente che sa difendersi molto bene".

19. Noi, i quadrupedi

Quando mostrava le correlazioni tra la cintura pelvica e la cintura scapolare, o gli effetti corrispondenti alla stimolazione delle braccia o delle gambe, Sándor commentava sempre: "Questo ci ricorda i bei tempi da quadrupedi".

20. Nove lune, tempo di gestazione

Sándor diceva che i processi psicologici richiedono nove lune o mesi lunari di gestazione, esattamente il tempo di una gestazione biologica. "Non aspettatevi, per esempio, che un processo importante come un lutto si possa integrare prima di questo periodo."

21. Valzer per una giovane in crisi

Durante una lezione presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Cattolica - PUC, un'allieva con gravi problemi psico-fisici (una forma di epilessia) ebbe una crisi. Il suo corpo era divenuto totalmente rigido, "come un pezzo di legno" (catatonìa). Corsero a chiamare il dottor Sándor, che si trovava in un'aula vicina. Arrivato sul posto, guardò la studentessa e chiese: "M., vuoi ballare?" Poi disse all'insegnante stupita, "Suoni un valzer". Mentre l'insegnante canticchiava il Danubio Blu, Sándor trasportava il corpo rigido della ragazza per la stanza danzando, che a poco a poco cominciò a sciogliersi, fino a quando la ragazza non scoppiò in un pianto convulso, abbracciando il suo cavaliere. Con calma il dottor Sándor la confortò, l'accompagnò al suo posto e disse all'insegnante, ancora sbalordita: "Ora si prenda cura di lei", poi tornò a concludere la sua lezione.

22. Dottor Armadillo

Sándor praticava un'intensa attività fisica come modo per riorganizzare e armonizzare l'energia. Nella sua fattoria gli piaceva lavorare intensamente la terra per prepararla alla semina. Diceva che dopo qualche ora di lavoro su un pezzo di terreno, poi osservarla pronta a ricevere i semi, riusciva intravedere il sottile campo di energia sottile che si era formato. I lavoratori della sua fattoria e della zona circostante lo chiamavano "dottor Armadillo", grazie a questa sua capacità, alla sua dedizione nella cura della terra.

23. Le droghe come ostacolo nel percorso

Per quanto riguarda le droghe, Sándor diceva che portavano alla coscienza in modo improvviso contenuti "programmati" per manifestarsi in un'altra fase della vita, e questo poteva causare disturbi all'energia psicofisica. In realtà, egli odiava perfino le sigarette e riprendeva severamente i fumatori vicino a lui e questo in un periodo in cui il fumo non era ancora "oggetto di condanna" pubblica come lo è oggi.

24. Vai, che tu lo voglia o no

A proposito del percorso evolutivo dell'umanità, dell'individuazione, e degli ostacoli che dobbiamo affrontare, che ci rendono esitanti, il Professore ci

ricordava cosa disse un sacerdote macumba alla persona che gli chiedeva un consiglio riguardo ai percorsi della vita: "Figlio mio, se vuoi andare, vai; se non vuoi andare, vai lo stesso".

25. La vita o la valigia

Per dimostrare la forza dei condizionamenti di attaccamento verso i beni materiali e la necessità di praticare il distacco, Sándor raccontava che durante l'invasione sovietica dell'Ungheria, diverse persone persero la vita perché non riuscivano a fuggire, a lasciare la casa e le loro cose. Durante la guerra, Sándor vide persone che camminavano con grande difficoltà nella neve, trasportavano enormi valigie e si rifiutavano di abbandonare le loro cose e di continuare con una sola valigia almeno.

26. Sogni di un investitore

Illustrando la complessità dei sogni, che possono presentare contenuti associati a diversi livelli di esperienza, Sándor raccontava in che modo aveva aiutato con successo un investitore in Borsa a interpretare i suoi sogni colorati: "Quando sogni le navi, acquista azioni legate al mondo delle spedizioni; quando sogni una nave che affonda, vendi"- e così via.

27. Io x 1, x 2, x 3

Riguardo al lavoro di gruppo e alla forza di questo lavoro, Sándor diceva che nei gruppi l'energia si moltiplica in progressione geometrica, cioè un individuo equivale a uno, due equivalgono a $1 \times 2 = 2$, ma già tre equivalgono a $1 \times 2 \times 3 = 6$...

28. Intuizione sulla punta delle dita

Nel sottolineare come sia importante l'intuizione nel lavoro di integrazione psico-fisica, Sándor spiegava che dobbiamo lasciarci guidare dalla nostra intuizione, avere i tocchi "sulla punta delle dita" cioè, sperimentarli e incorporarli, poi lasciare agire la percezione intuitiva, che proviene anche dalle dita. Ci diceva: "Quante volte ci sediamo per fare gli 'otto' sulla spina dorsale, ma poi cambiamo idea e facciamo qualcos'altro ..."

29. Tocco senza tocco

Sándor mostrava l'intensità del tocco in moltissimi modi, che può anche essere fatto a distanza: il "tocco senza tocco". Ci ricordava, per esempio, di quante volte ci accorgiamo che qualcuno dietro di noi ci guarda, soprattutto

se lo sguardo è diretto verso la settima vertebra cervicale (un punto energetico importante).

30. Qui facciamo un pisolino

Al professore non importava se qualcuno si addormentava durante le sue lezioni. Egli credeva che in quella situazione, una parte dell'apprendimento avveniva attraverso canali diversi dalla coscienza. Quando una terapeuta andò a parlargli preoccupata perché era sfinita e per questo si addormentava mentre applicava la calatonia, Sándor le disse, sorridendo: "Puoi dormire tranquillamente".

31. L'occhio che diceva la verità

Sándor ci raccontò la storia di una coppia di innamorati. Un giorno il giovane notò un tremito all'angolo degli occhi della sua ragazza mentre lei gli raccontava, con una certa reticenza, come aveva trascorso la giornata. Allora cominciò a baciarla dolcemente sul punto che tremava, finché lei scoppiò in lacrime e disse la verità: si era vista con il suo ex fidanzato. E Sándor aggiungeva, maliziosamente: "Perciò, fate attenzione ai baci apparentemente innocenti..."

32. Rimedio dimenticato

Quando un paziente, che oltre alle cure farmacologiche era in psicoterapia con il dottor Sándor, gli disse: "*Prendo tutte le medicine correttamente*", Sándor gli rispose: "Bene, continui a prenderle". Dopo qualche tempo, il paziente gli disse: "Ora dimentico sempre di prendere le pillole", il Professore gli rispose: "Continui a dimenticarle".

33. Macellerie senza carne

Da anni il dottor Sándor seguiva una dieta senza alcun tipo di carne, poiché credeva che attraverso il sangue degli animali ingeriamo sostanze che non sono consigliabili per l'evoluzione energetica e per la coscienza. Una volta si verificò un crollo nei rifornimenti e la carne scomparve dalle macellerie, agli studenti che si lamentavano egli disse: "La città di São Paulo sta attraversando una fantastica depurazione energetica!".

34. Ripeti e ripeti

Sándor si lamentava che le studentesse dell'Università Cattolica, PUC, negli anni '70, dopo la repressione della contestazione studentesca, consideravano "monotoni" gli stimoli della calatonia e non erano interessate alle

caratteristiche di routine, di ritmo regolare e di disciplina nell'applicazione delle tecniche, "Dicono che è tutto molto 'ripetitivo'".

35. Noi, gli sturatori

Parlando con semplicità delle caratteristiche del nostro lavoro di decondizionamento dei contenuti spuri della coscienza e di sblocco dei canali di trasmissione di energia, il Professore diceva: "Siamo gli sturatori delle tubature".

36. Allenarsi a fluire

Quando insegnava il Training Autogeno di Schult, una tecnica di rilassamento, Sándor dimostrava che si poteva fare anche nella posizione del "cocchiere" cioè, la persona è seduta, braccia sulle ginocchia e la testa che penzola. In questo modo cercava di insegnare che con un allenamento costante è possibile ottenere rapidamente una rigenerazione psico-fisica in ogni situazione. Considerava molto importante esercitarsi con questa capacità di cambiare i diversi stati di coscienza e attraversarli con fluidità.

37. Effetti di un tocco sottile

Dopo aver applicato un certo tipo di tocco, la settimana successiva il dott. Sándor chiedeva sempre al paziente o allo studente: "Qualche effetto?" Sì, in generale c'era qualche sensazione che a volte appariva un po' di tempo dopo il tocco. Ma, così come accade con l'omeopatia, il tocco sottile rimane e agisce secondo un principio vibratorio e continuo.

38. Chi fa i passi

Rispetto al rapporto ego/sé, ovvero, in altre parole, il rapporto tra noi e i Maestri, Sándor insegnava: "Loro fanno il primo passo [sul sentiero dell'evoluzione], ma se noi non facciamo il secondo, loro non potrebbero fare il terzo, e così via ..."