





Università degli studi di Napoli "L'Orientale"  
CENTRO DI STUDI SUL BUDDHISMO

# PSICOANALISI E BUDDHISMO

Atti del Seminario  
Napoli 10 maggio 2010

a cura di  
Giacomella Orofino



Napoli  
2011

© Università degli Studi di Napoli “L’Orientale”

ISBN 978-88-95044-99-6

Stampato in Italia

Finito di stampare nel mese di dicembre 2011

IL TORCOLIERE, OFFICINE GRAFICO-EDITORIALI DI ATENEO  
Palazzo del Mediterraneo, Via Nuova Marina 59 – 80133 Napoli

## Indice

Introduzione <i>di Giacomella Orofino</i>	7
Neuroscienze dell'esperienza religiosa e della meditazione <i>di Franco Fabbro</i>	17
Il cuore saggio della psicoanalisi relazionale <i>di Gherardo Amadei</i>	33
Unicità dei monoteismi, buddhismo, pluralità del sé <i>di Antonio Vitolo</i>	45
Lo Zen, Lacan e l'io alieno <i>di Anthony Molino</i>	63
La pratica della meditazione e gli albori della psicoanalisi italiana <i>di Graziano Graziani</i>	81
Bibliografia	95
Gli autori	103



## Introduzione

Questa pubblicazione raccoglie gli atti del seminario su “Psicoanalisi e Buddismo”, che si è tenuto presso l’Università degli studi di Napoli “L’Orientale” il 10 Maggio 2010 quando, per la prima volta in Italia, eminenti neuroscienziati, psicoanalisti e psicoterapeuti, da anni protagonisti dell’incontro tra psicoanalisi e filosofia buddhista, hanno avuto occasione di confrontarsi su questo tema.

L’interesse verso il buddhismo da parte di esponenti del pensiero psicoanalitico non è cosa nuova. Si manifestò fin dai primi decenni del ventesimo secolo. Pensiamo, ad esempio, all’attenzione dimostrata da Jung durante le lezioni che tenne dal 1933 al 1941 alla Eidgenössische Technische Hochschule di Zurigo,<sup>1</sup> e nei suoi saggi introduttivi a due testi religiosi tibetani, *Il libro tibetano dei morti* (1935) e *Il libro tibetano della grande liberazione* (1954), e al volume *Introduzione al buddhismo zen* di D.T. Suzuki (1939).<sup>2</sup> In quel periodo non era solo Jung a studiare il buddhi-

<sup>1</sup> In C.G. Jung, *Modern Psychology*, ed. by B. Hannah, Zurich, 1959. In corso di ripubblicazione a cura di The Philemon Foundation, *The ETH Lectures*, I vol., 1933-1934, II vol. 1935,1941.

<sup>2</sup> I saggi citati sono stati ripubblicati in C.G. Jung, *Opere, Psicologia e Religione*, vol. 11, Boringhieri, Torino, 1979, pp. 491-568.

simo, come ci ricorda Graziano Graziani nel suo articolo qui pubblicato. Anche psicoanalisti italiani quali Roberto Assagioli, fondatore della Psicosintesi ed Emilio Servadio, tra i fondatori della Società Psicoanalitica Italiana, si interessarono all'uso delle tecniche della meditazione buddhista nella pratica psicoterapeutica. In seguito, negli anni '60, la pubblicazione dell'importante saggio *Zen Buddhism and Psychoanalysis* a cura di E. Fromm, D.T. Suzuki e R. De Martino<sup>3</sup> portò ancora una volta questi temi alla ribalta. Nei trenta anni successivi, però, l'interesse parve affievolirsi. È solo nell'ultimo periodo che si è potuto assistere a una rinascita dell'attenzione per l'incontro tra psicoanalisi e buddhismo, grazie ad autori come Mark Epstein,<sup>4</sup> Anthony Molino,<sup>5</sup> Barry Magid,<sup>6</sup> Joseph Bobrow.<sup>7</sup>

Malgrado il buddhismo si suddivida, allo stesso modo della psicoanalisi, in tradizioni e correnti spesso molto diverse tra loro, possiamo evincere un elemento che le attraversa tutte: l'identificazione del dolore come caratteristica fondamentale dell'esperienza umana.

Nel suo primo sermone, tenuto secondo la tradizione nel parco delle Gazelle di Sarnath nel V secolo a.C., il Buddha insegnò le cosiddette "Quattro nobili verità" che delineano, seguendo un approccio che potremmo definire di tipo medico-analitico, il sintomo, la diagnosi, la prognosi e la cura del dolore.

#### 1) Il sintomo:

Questa, o monaci, è la nobile verità del dolore: la nascita è dolore, la vecchiaia è dolore, la malattia è dolore, la morte è dolore, l'unione con ciò che non è caro è dolore, la separazione da ciò che è caro è dolore, il non ottenere ciò che si desidera è dolore.

<sup>3</sup> E. Fromm, D.T. Suzuki, R. De Martino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, Harper & Row, New York, 1960.

<sup>4</sup> M. Epstein, *Thoughts without a Thinker: Psychotherapy from a Buddhist Perspective*, Basic Books, New York, 1995; *Going to Pieces without Falling Apart*, New York, Broadway Books, 1998; *Psychotherapy without the Self: A Buddhist Perspective*, Yale University Press, Yale, 2007.

<sup>5</sup> A. Molino, *The Couch and the Tree: Dialogues in Psychoanalysis and Buddhism*, North Point Press, New York, 1998.

<sup>6</sup> B. Magid, *Ordinary Mind: Exploring the Common Ground of Zen and Psychoanalysis*, Wisdom, Somerville, Ma, 2002.

<sup>7</sup> J. Bobrow, *Zen and Psychotherapy: Partners in Liberation*, WW Norton, New York, 2010.



## Introduzione

In breve i cinque aggregati, che rappresentano la base dell'attaccamento all'esistenza, sono dolore.<sup>8</sup>

Nelle fonti buddhiste il dolore viene suddiviso in tre tipi. Il primo è il dolore ordinario, il dolore in quanto tale, provato in seguito al deperimento fisico che si ha durante la vecchiaia, la malattia e la morte. Il secondo è il dolore dovuto alla fugacità di tutte le esperienze umane. Il dolore che si genera dalla perdita delle amicizie, degli amori, delle proprie ricchezze, della stabilità sociale ecc. Il terzo è il dolore dovuto agli stati condizionati della mente e all'insoddisfazione e alla frustrazione che si ricavano dal vivere nel mondo.

### 2) La diagnosi:

Questa, o monaci, è la nobile verità dell'origine del dolore: l'origine del dolore si identifica con il desiderio, il quale conduce a nuove esistenze, è congiunto con il piacere e la cupidigia e trova appagamento ora qua e ora là. Esiste il desiderio dei godimenti sensuali, il desiderio dell'esistenza e il desiderio dell'annullamento dell'esistenza.<sup>9</sup>

Il desiderio, che nel testo viene definito letteralmente con la parola "sete" (*tr̥ṣṇā*), nei commenti viene suddiviso in 1) attaccamento per gli oggetti degli organi di senso, 2) attaccamento per l'esistenza, che genera la falsa credenza in un'anima immortale e, in modo opposto, 3) attaccamento per l'annullamento dell'esistenza, dal quale deriva una forma estrema di nichilismo e di disperazione, alla base della teoria che postula il nulla dopo la morte.

Il dolore deriva, quindi, secondo la psicologia buddhista, dalla difficoltà nell'accettare un aspetto fondamentale della vita: la sua transitorietà. Esso si manifesta, ineluttabilmente, quando si resiste al flusso continuo dell'esistenza e ci si attacca alle cose, agli eventi, alle persone, alle idee, considerandole come immutabili e permanenti. Si sviluppa attaccamento, o ci si aggrappa a visioni fuorvianti di sé e della realtà. Non

<sup>8</sup> *Dhammacakkapavattanasutta, Il discorso della messa in moto della ruota del Dhamma, (Samyutta Nikāya, 56.11)*, in R. Gnoli (a cura di), *La Rivelazione del Buddha*, vol. I, Mondadori, Milano, 2001, pp. 7-10.

<sup>9</sup> *Ibidem.*

bisogna confondere, tuttavia, l'attaccamento a una falsa formulazione di "me" e di "mio" con l'attaccamento inteso come processo vitale di ricerca, di vicinanza e di affetto, necessario allo sviluppo di una autentica capacità riflessiva e indispensabile per la pratica della meditazione e della crescita interiore. La teoria dell'impermanenza include la nozione della non esistenza di un sé individuale che non può essere definito in termini assoluti, ma solo in relazione ad altri, secondo un concetto di interdipendenza di tutti i fenomeni. Non possiamo dire "tavolo" senza dire "albero", "rami", "terra", "sole", "acqua", "pioggia", "boscaiolo", "falegname". Tutte le cose hanno un'origine dipendente. Nel prendere coscienza della loro interconnessione si prende coscienza della natura fondamentale del sé individuale e di tutta la realtà fenomenica.

### 3) La prognosi:

Questa, o monaci, è la nobile verità della cessazione del dolore: la cessazione del dolore è l'estinzione, il completo dissolvimento, l'abbandono, il rifiuto di questo desiderio, la liberazione e il distacco da esso<sup>10</sup>.

Il dolore può, dunque, essere curato. Potremmo dire che la sua prognosi è favorevole. Dissolvendo la brama, il desiderio incontrollato, gli uomini possono liberarsi dalla prigione psicologica, e raggiungere uno stato di completo risveglio o di libertà definito "*nirvāṇa*", termine che significa letteralmente estinzione, cessazione.

### 4) La cura:

Questa, o monaci, è la nobile verità del sentiero che conduce alla cessazione del dolore: esso è il Nobile ottuplice sentiero, ovvero retta visione, retta intenzione, retta parola, retta azione, retto modo di vedere, retto sforzo, retta presenza mentale e retta concentrazione.

La via per ottenere la liberazione dal dolore secondo il buddhismo antico è divisa in otto sezioni, distinte a loro volta in tre livelli: il livello noetico, che comprende la retta visione e la retta intenzione, il livello

<sup>10</sup> *Ibidem*.

### Introduzione

etico che include la retta parola, la retta azione e il retto modo di vedere e il livello contemplativo, costituito dal retto sforzo, dalla retta presenza mentale e dalla retta concentrazione.

Questi elementi devono essere tutti in equilibrio tra loro. Sofferamoci sull'ultimo livello, quello contemplativo, relativo alla pratica della presenza mentale e della concentrazione. La focalizzazione della coscienza sul momento presente, la consapevolezza del "qui e ora", è un metodo contemplativo che riveste una grande importanza in tutte le tradizioni buddhiste, sia quelle del periodo antico sia quelle più tarde.

Leggiamo nel *Bhaddekarattasutta* (*Il discorso di colui che si diletta dell'unica cosa che conta*) dalla *Raccolta dei discorsi medi del Buddha* (*Majjhima Nikāya*), l'importante collezione di testi antichi preservata nel canone pali, redatto tra il IV e il III a.C.:

Che nessuno inseguia il passato,  
né coltivi speranze per il futuro,  
perché il passato non c'è più  
e il futuro non è ancora arrivato.  
Si osservi via via attentamente  
ogni condizione che sorge nel presente,  
in maniera invincibile e incrollabile,  
la si conosca e se ne sia certi.  
È in questo preciso momento che occorre praticare con ardore,  
Domani potrebbe sopraggiungere la morte, chi lo sa?  
Non è possibile scendere a patti con essa,  
la morte e le sue possenti schiere.  
Colui che dimora ardentemente così (nel momento presente)  
che si impegna di continuo, giorno e notte,  
è detto "colui che si diletta nell'unica cosa che conta",  
è definito "calmo", "saggio".<sup>11</sup>

In un testo più tardo, appartenente alla tradizione del buddhismo Mahāyāna, *L'introduzione alla pratica del risveglio* (*Bodhicaryāvatāra*) di Śāntideva (VIII d.C) troviamo:

Gli elefanti selvaggi, invasi dal calore, non provocano quaggiù  
tanti mali quanti ne suscita negli inferi il mostro furioso del pensiero,  
abbandonato a se stesso. (2)

<sup>11</sup> *Ivi*, p. 331.

*Giacomella Orofino*

Ma se l'elefante Pensiero è ben legato dalla corda Consapevolezza, allora ogni pericolo sparisce e ogni bene viene raggiunto. (3)  
Tigri, leoni, elefanti, orsi, serpenti, tutti i nemici, tutti i guardiani degli inferi, le streghe e gli asura, son tutti legati se il solo pensiero è legato; son tutti domati, se il solo pensiero è domato. (4-5)  
Tutte le paure, tutti i dolori infiniti provengono infatti come ha detto il Savio, dal solo pensiero. (6)  
“Dov'è la mia mente?” Così egli deve dirsi e sorvegliarla attentamente, per modo che essa non abbandoni, neppure per un istante, il gioco del raccoglimento. (41)<sup>12</sup>

Questa consapevolezza, sia pur in un contesto filosofico intellettuale diverso, riveste grande importanza anche nelle scuole più tarde, appartenenti alla tradizione Vajrayāna che si diffuse principalmente in Tibet.

Allora tutti i pensieri passeggeri, di attaccamento o di avversione, di felicità o infelicità,  
Tutti senza eccezione, nel momento del riconoscimento non lasceranno traccia alcuna.  
Perché riconoscendo la realtà assoluta in cui essi vengono liberati.  
Il sorgere e la liberazione diventano naturali e continui,  
Così come le parole svaniscono quando si scrive sull'acqua.  
Qualsiasi cosa sorga, diventa cibo per la nuda vacuità della conoscenza del momento presente (*rig pa*).<sup>13</sup>

In termini psicoanalitici, potremmo comparare questo processo di consapevolezza buddhista con quello dell'associazione-comprensione dei processi intrapsichici e della sostituzione delle fantasie e del pensiero inconscio con la mente conscia, attraverso un metodo di sublimazione.

Nella filosofia buddhista non si ritrova riferimento all'inconscio in senso freudiano, ma si afferma che il desiderio incontrollato è l'ostacolo maggiore alla saggezza, il principale componente dell'ignoranza. Questo corrisponde nel linguaggio della psicoanalisi all'idea che il fattore

<sup>12</sup> Questi versi sono tratti dal quinto capitolo. Il testo, suddiviso in nove capitoli, è stato tradotto dal sanscrito in italiano per intero da Raniero Gnoli, in R. Gnoli (a cura di), *La Rivelazione del Buddha*, vol. II, Mondadori, Milano, 2004, pp. 755-848.

<sup>13</sup> Tradotto dal testo tibetano *Colpire l'essenza in tre parole* (*Tshig gsum gnad brdeg*) di Patrul Rinpoche (1808-1887) in Dalai Lama, *Dzogchen: The Heart Essence of the Great Perfection*, Snow Lion Publications, Ithaca, New York, 2000, pp. 59-60 (trad. it. *Dzogchen. L'essenza del cuore della grande perfezione*, Milano, 2003).

### *Introduzione*

eziologico delle nevrosi sia da ritrovarsi nel desiderio incontrollato, nella libido erroneamente investita.

Non possiamo certamente sovrapporre il pensiero buddhista alla psicoanalisi come tale, ma possiamo notare che già nell'India del V a.C. nella tradizione buddhista si faceva un'analisi accurata della mente umana e dei suoi principali meccanismi, fornendo un modello razionale di controllo di una dimensione interiore simile a quella che il linguaggio psicoanalitico avrebbe denominato libido. Come sostenne Erich Fromm nel suo saggio sulla psicoanalisi e il buddhismo zen, "coloro che praticano la psicoanalisi umanistica freudiana e lo zen cercano una visione profonda della natura propria di ciascuno, la conquista della libertà, della felicità e dell'amore, la liberazione delle energie".<sup>14</sup> Questa ricerca può essere espressa brevemente così: il senso di benessere e di sicurezza dell'individuo non dipende dalle esperienze dolorose o piacevoli che ognuno sperimenta, ma dalla capacità interna di fare attenzione alle esperienze stesse e di dare loro significato. La presenza mentale porta l'individuo a tollerare situazioni complesse e incerte senza farsi guidare da impulsi ciechi. La mente allenata in tal senso diventa ricettiva in modo durevole, gli stati mentali anche dolorosi vengono guardati e compresi man mano, nel loro divenire. La persona che pratica l'attenzione mentale sviluppa un senso di tranquillità e di pazienza che permette di rispondere in modo adeguato alle circostanze. Questo però non è solo uno strumento per migliorare la propria condizione mentale e il modo di comunicare con gli altri, ma diventa anche un modo per guardare ai processi e ai contenuti della propria mente. Diventa un metodo per curare se stessi. L'insoddisfazione, il dolore, la perdita, il trauma, che rappresentano esperienze che tutti gli uomini fanno, possono risolversi in angoscia, tormento, impotenza oppure possono essere integrati nella propria vita. Non si può sfuggire al dolore, ma si può modificare e migliorare la propria capacità di affrontare le esperienze dolorose. Attraverso l'attenzione e la consapevolezza si diventa capaci di tollerare la frustrazione, di sopportare il dolore emotivo. L'individuo in questo modo alimenta la propria crescita emozionale e la propria creatività.

<sup>14</sup> E. Fromm, D.T. Suzuki, R. De Martino, *op. cit.*, p. 129.

Lo sviluppo delle capacità di attenzione mentale, proprio delle tecniche di meditazione buddhista, inoltre, ha suscitato l'interesse di molti psicoterapeuti, avendo una sorprendente somiglianza con le raccomandazioni di Freud, e della successiva tradizione psicoanalitica sulle modalità di attenzione dell'analista.<sup>15</sup>

Anche se il buddhismo nella sua evoluzione diacronica si è sviluppato come una religione, ha sempre avuto le caratteristiche di una pratica terapeutica, con un approccio clinico ai problemi universali del desiderio e dell'autoinganno. La liberazione dal dolore avviene attraverso l'approfondimento della conoscenza o la pratica della consapevolezza e non attraverso un intervento divino o un'esperienza mistica. Potremmo definire la meditazione buddhista come un metodo introspettivo che ambisce al dispiegamento dell'attenzione e della conoscenza di sé in una forma disciplinata e insieme spontanea. Ciò porta, inevitabilmente, a riflettere sulle analogie con le terapie psicoanalitiche e alla necessità di approfondimento di un dialogo tra questi due sistemi.

L'idea di organizzare una giornata di studi su "Psicoanalisi e Buddhismo" è nata dal desiderio di sviluppare il dialogo tra questi due importanti campi del sapere, offrendo a esperti della materia l'opportunità di scambiare le loro esperienze e presentare i loro punti di vista, al di là di facili mistificazioni di stampo new age.

Il 10 Maggio 2010 è stata una giornata memorabile con una notevole partecipazione di pubblico. I lavori sono stati iniziati da Franco Fabbro, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile presso l'Università di Udine che ha svolto una interessante relazione su "Neuroscienze ed esperienza religiosa", aprendo nuove prospettive di ricerca sull'incontro tra le neuroscienze e le tecniche di meditazione buddhista. Gherardo Amadei, professore associato di Psicologia dinamica presso la Facoltà di Psicologia dell'Università di Milano-Bicocca, psichiatra e psicoanalista dell'Associazione Studi Psicoanalitici (ASP), nel suo contributo "Il cuore saggio della psicoanalisi relazionale" ha messo a fuoco la simmetria tra molti elementi della psicoanalisi relazionale e la pratica della meditazione buddhista. Antonio Vitolo, analista didatta dell'Asso-

<sup>15</sup> M. Epstein, "Sulla negazione dell'attenzione ugualmente sospesa" in A. Molino, R. Carnevali, *Tra sogni del Buddha e risvegli di Freud*, Arpanet, Milano, 2010, p. 164.

### *Introduzione*

ciazione Italiana e Internazionale di Psicologia Analitica (AIPA), ha discusso l'intreccio tra il pensiero delle religioni monoteiste e il tema della pluralità del sé proprio della filosofia buddhista, che può avvenire attraverso il processo della sublimazione, indagato da Freud, Jung e da recenti pensatori psicoanalisti. Mauro Bergonzi, ricercatore presso l'Università degli studi di Napoli "l'Orientale" e docente di Religioni e Filosofie dell'India e di Psicologia generale ha partecipato al seminario con un contributo sulle problematiche dell'identità fra psicologia del profondo e buddhismo. Purtroppo, il suo articolo non è stato inserito in questo volume, non essendo pervenuto in tempo per la pubblicazione. I lavori sono stati conclusi da due studi su personalità specifiche della storia della psicoanalisi. Anthony Molino, membro associato della Società italiana di Psicoterapia Psicoanalitica (SIPP), ha dato un contributo sul pensiero di Jacques Lacan e di Richard De Martino e sulla loro relazione con la filosofia buddhista. Graziano Graziani, psichiatra e membro ordinario della Società Psicoanalitica Italiana (SPI), ha analizzato l'interesse verso il buddhismo in Italia attraverso figure di rilievo quali Roberto Assagioli, il fondatore della psicosintesi ed Emilio Servadio, uno dei padri della psicoanalisi italiana.

A conclusione dell'intensa giornata di studi molti hanno espresso il desiderio di continuare il dialogo appena iniziato con altri incontri che speriamo vivamente di poter realizzare in futuro.

Ringraziamo tutti gli autori che hanno aderito con entusiasmo a questa iniziativa. Un ringraziamento particolare va a Giorgio Amitrano e a Francesco Sferra per i loro preziosi consigli, a Mara Matta che ha tradotto in italiano il saggio di Anthony Molino e a Luca Picardi che ha collaborato alla redazione finale del volume e ha curato la bibliografia generale.

Desidero, infine, esprimere la mia sincera gratitudine a Lida Viganoni, Rettore dell'Università degli Studi di Napoli "l'Orientale", per il costante sostegno alle iniziative del Centro di Studi sul Buddhismo.

Giacomella Orofino  
Presidente del Centro di Studi sul Buddhismo





## *Neuroscienze dell'esperienza religiosa e della meditazione*

FRANCO FABBRO

Lo psicologo nordamericano William James (1842-1910) è stato uno dei primi autori ad analizzare le esperienze religiose dal punto di vista delle neuroscienze. Il primo capitolo del suo famoso libro "*Le varie forme dell'esperienza religiosa*" è intitolato: "Religione e neurologia".<sup>1</sup> In questo capitolo egli affronta il problema della instabilità nervosa di numerosi geni religiosi. Molti di essi erano soggetti a ossessioni e idee fisse, spesso cadevano in estasi, sentivano voci e avevano visioni. Tuttavia, ciò che è importante secondo questo Autore, non è come si origina un'esperienza quanto il valore spirituale che se ne ricava. Bisogna dunque attenersi anche in ambito religioso al criterio empirico di riconoscere la bontà di una pianta non dalle sue radici ma dai suoi frutti.

<sup>1</sup> J. William, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1985 (I ed. 1902, trad. it. *Le varie forme dell'esperienza religiosa*, Morcelliana, Brescia, 1988).

Franco Fabbro

A metà degli anni settanta Julian Jaynes, nel libro intitolato: “*Il crollo della mente bicamerale e l’origine della coscienza*”,<sup>2</sup> propose di collegare le esperienze religiose alle allucinazioni verbali generate dal lobo temporale destro. Più di tremila anni fa gli esseri umani avrebbero posseduto una organizzazione della mente molto diversa da quella attuale, chiamata “mente bicamerale”. Accanto a una mente esecutiva, gli individui allora possedevano una mente “inconsapevole”, che generava le esperienze allucinatorie ed era quindi, da un certo punto di vista, direttamente collegata con gli dèi. La mente bicamerale era secondo Jaynes formata da due componenti: una direttiva chiamata ‘dio’, che aveva la sua rappresentazione neurologica nell’emisfero destro e una parte soggetta chiamata ‘uomo’, che era in diretto collegamento con il linguaggio e quindi rappresentata nell’emisfero sinistro. Nessuna delle due parti era cosciente, nel senso attuale del termine. Durante quest’epoca storica gli dèi si manifestavano agli esseri umani attraverso allucinazioni visive e uditive e li muovevano come fossero degli automi. Le allucinazioni uditive sarebbero alla base della poesia epica dell’Iliade. Il ritmo costante in esametri di quest’opera, guidava l’attività elettrica del cervello, allentando le normali inibizioni sia del cantore sia dell’ascoltatore. Erano voci e istruzioni che potevano essere udite dagli eroi dell’antichità così distintamente come le voci udite da certi pazienti epilettici e schizofrenici. Gli dèi erano organizzazioni della mente arcaica, delle maschere (*personae*), amalgami d’immagini parentali o ammonitorie.

Qualche anno dopo Michel A. Persinger, nel libro *Le basi neuropsicologiche delle credenze in Dio*,<sup>3</sup> rafforzò l’idea che le esperienze spirituali fossero collegate con l’attività dei lobi temporali. Mentre le funzioni principali dei lobi frontali riguardano l’inibizione e l’anticipazione del futuro, quelle dei lobi temporali riguardano principalmente la memorizzazione delle esperienze passate e la regolazione delle emozioni. L’idea che i lobi temporali fossero in relazione con la spiritualità è sorta dallo studio dei pazienti con

<sup>2</sup> J. Jaynes, *The Origin of Consciousness in the Breakdown of the Bicameral Mind*, Houghton Mifflin, Boston, 1976 (trad. it. *Il crollo della mente bicamerale e l’origine della coscienza*, Adelphi, Milano, 1984).

<sup>3</sup> M. A. Persinger, *Neuropsychological Bases of God Beliefs*, Praeger, New York, 1987.

epilessia temporale. In questi pazienti e in particolare nel più famoso di essi, il grande romanziere russo Fëodor M. Dostoevskij (1821-1881), le crisi epilettiche erano talvolta precedute da vere e proprie esperienze di estasi religiosa. L'attività elettrica anomala, che provoca le crisi epilettiche, sarebbe in grado di attivare le memorie più antiche di un individuo, che si riferiscono al modo di essere di quando si era molto piccoli e le giornate passavano prevalentemente dormendo e sognando accuditi e protetti dai genitori. Queste memorie dissepolte durante le aeree epilettiche costituiscono l'esperienza del divino.

Se la "radice" anatomica delle esperienze spirituali erano i lobi temporali, le "scintille" che davano il via a queste esperienze erano per Persinger delle piccole perturbazioni elettriche del lobo temporale chiamate *temporal lobe transients*. Si tratta di microscariche fisiologiche del lobo parietale che tendono a manifestarsi nella sonnolenza. Sono più frequenti nell'adolescenza e nella vecchiaia e numerose tecniche mistiche, come la meditazione, la danza, il canto e la preghiera le possono accentuare. Indipendentemente dall'età e dalle tecniche utilizzate, sono gli individui con epilessia temporale che possiedono la maggiore quantità di "scintille" per accendere il fuoco dell'esperienza religiosa. Rifacendosi alle sue esperienze personali, Dostoevskij ha affermato questo concetto con le seguenti parole: «I fantasmi sono, diciamo così, frammenti e brandelli di altri mondi, un indizio di essi. Un uomo sano, naturalmente, non ha motivo di vederli, perché un uomo sano è l'uomo più terreno che ci sia, e quindi deve vivere solo la vita di quaggiù con ordine e con pienezza. Ma appena si ammala, appena si altera nel suo organismo il normale ordine terreno, comincia a sentire la possibilità di un altro mondo, e quanto più è malato, tanto più numerosi sono suoi contatti con l'altro mondo».<sup>4</sup>

#### *1. Pazienti con sintomi religiosi*

Ho avuto una conferma empirica delle ipotesi di Persinger agli inizi degli anni duemila, dopo aver visto una giovane paziente

<sup>4</sup> F. M. Dostoevskij, *Delitto e castigo*, "Russkij vestnik", Moskva, 1866, (trad. it. Sansoni, Milano, 1993, par. IV, cap I, pp. 514-515).

che presentava una sintomatologia religiosa molto particolare. Si trattava di una bambina, che aveva trascorso un'infanzia del tutto normale, in un ambiente familiare e sociale senza problemi. Era stata educata, senza eccessi, alla religione cristiana cattolica. All'età di nove anni aveva iniziato a manifestare peculiari "sintomi religiosi". Raccoglieva particolari oggetti, sassi, un registratore, alcune cassette, e li deponeva in alcuni spazi che considerava "sacri". Dotati cioè di un particolare valore religioso o magico. Questi spazi si trovavano nella sua camera e in differenti luoghi dell'abitazione di famiglia. La piccola paziente impediva, alla mamma e agli altri familiari, l'accesso a questi "luoghi", né voleva che alcuno spostasse gli oggetti o facesse le pulizie. I genitori, preoccupati da questi comportamenti, portarono la figlia da uno psicologo che iniziò un trattamento psicoterapeutico. Nonostante la terapia, la sintomatologia si faceva via via più manifesta. Non soltanto aumentò il numero dei "luoghi sacri", ma talvolta, durante la giornata, transitava da un "luogo" all'altro, come in una sorta di pellegrinaggio, recitando preghiere e scongiuri, lanciando manciate di sale dietro la schiena. Questa situazione venne interrotta dopo circa un anno, per l'improvvisa comparsa di una crisi epilettica, in seguito alla quale venne eseguita una risonanza magnetica (RM) che evidenziò una lesione tumorale nelle porzioni più mediali del lobo temporale destro. La bambina venne operata e in seguito la sintomatologia religiosa si ridusse. È probabile quindi che la sintomatologia religiosa manifestata dalla paziente fosse attivata da un focolaio di epilessia che partiva dai bordi della lesione tumorale.

Alla fine degli anni novanta, oltre ai lobi temporali, un'altra struttura del cervello aveva attratto la mia attenzione: i lobi parietali. Nel 1998 nel reparto di riabilitazione neurologica dell'ospedale Brugmann di Buxelles incontrai un paziente per me indimenticabile. Si chiamava Michel ed era un taxista di 47 anni, sposato e con un figlio. Si trattava di una persona molto ben voluta dagli amici e dai parenti. Da giovane era fuggito dal Portogallo per non andare a combattere in Angola. Proveniva da una famiglia religiosa ma non praticante. Era stato ricoverato perché una sera un collega, passando per una piazza (*Square Montgomery*) di Bruxelles, lo aveva visto compiere un giro completo della piazza.

Dopo due ore il collega aveva attraversato di nuovo la piazza e si era accorto che Michel continuava ancora a girarvi intorno con il suo taxi. Allora lo aveva fermato per chiedergli cosa stesse accadendo. Michel gli aveva risposto che non riusciva più a orientarsi e a uscire dalla piazza. Il collega lo aveva allora accompagnato alla clinica neurologica, dove una tomografia assiale computerizzata (TAC) aveva evidenziato una lesione tumorale nel lobo parietale destro.

Dopo il ricovero era stato sottoposto a un'operazione neurochirurgica per l'asportazione del tumore. Fu quindi inviato al reparto di riabilitazione neurologica. Alcune notti dopo l'operazione incominciò a presentare una sintomatologia di tipo mistico. Verso le due di notte si risvegliava e si accorgeva di trovarsi crocifisso di fianco alla croce dove era appeso Gesù Cristo. Sentiva che era stato crocifisso per spiare i peccati del mondo. Allora iniziava a piangere svegliando infermieri e medici. Michel chiamava questi episodi "notti cristiche" e sosteneva che durante tali esperienze aveva ricevuto degli insegnamenti che gli avevano permesso di chiarire il significato della sua vita e la realizzazione di alcuni compiti che lo attendevano prima di morire.<sup>5</sup>

Una paziente studiata da Blanke agli inizi degli anni duemila, presentava una sintomatologia neurologica molto interessante, caratterizzata dalla sensazione di "uscire dal proprio corpo" (*out-of-body experience*), un'esperienza descritta in numerose tradizioni religiose. La paziente era una donna di 43 anni affetta da un'epilessia che originava dal lobo parietale (giro angolare destro). Durante l'intervento neurochirurgico, per l'asportazione del focolaio epilettico, furono eseguite alcune stimolazioni elettriche del lobo parietale destro mentre la paziente era sveglia. Queste procedure sono piuttosto usuali nei centri più avanzati di neurochirurgia, perché sono indolori e permettono di delimitare l'area che genera l'epilessia. Le stimolazioni d'intensità più debole producevano l'impressione "di sprofondare nel letto" o di "cadere dall'alto". Quelle d'intensità maggiore provocarono delle esperienze di uscita fuori dal corpo: "ora, dall'alto, vedo me stessa distesa nel letto". Queste impressioni erano associate a sensazioni di "luce dif-

<sup>5</sup> F. Fabbro, *Neuropsicologia dell'esperienza religiosa*, Astrolabio, Roma, 2010.

fusa” e alla sensazione di “fluttuare circa due metri sopra il letto, molto vicina al soffitto”.<sup>6</sup>

Le esperienze di uscita dal corpo provocate dalla stimolazione cerebrale da parte dei neurochirurghi era del tutto simile a quella sperimentata dalla paziente durante le crisi di epilessia. La stimolazione elettrica provoca infatti delle crisi di epilessia con sintomi psichici, che un grande neurochirurgo del novecento, Wilder Penfield (1891-1976), aveva definito “attacchi psichici”. L’esperienza di uscita dal corpo, causata da una epilessia del lobo parietale, è un’illusione somatosensoriale. Il lobo parietale è infatti una struttura cruciale per la rappresentazione del corpo e dello spazio. Interviene inoltre nell’orientamento spaziale e temporale e nella rappresentazione del sé.<sup>7</sup>

## 2. Neuropsicologia della trascendenza

Per comprendere meglio il ruolo delle diverse strutture cerebrali nella rappresentazione di alcune componenti della spiritualità, nel 2006 ho pensato di sottoporre a un test di personalità, che valutava anche la dimensione della trascendenza, pazienti che dovevano essere sottoposti a una operazione chirurgica per l’asportazione di una lesione tumorale nel cervello. A questa ricerca hanno partecipato Cosimo Urgesi, ricercatore di psicologia presso l’Università di Udine, Salvatore M. Aglioti, professore di psicologia presso l’Università di Roma e Miran Skrap, direttore del reparto di neurochirurgia dell’ospedale universitario di Udine.<sup>8</sup>

Sono stati identificati 68 pazienti con un tumore cerebrale (glioma) localizzato nelle strutture anteriori del cervello (17 pazienti all’emi-sfero destro e 17 a quello sinistro) o nelle strutture posteriori (17 all’emisfero destro e 17 all’emisfero sinistro). A tut-

<sup>6</sup> O. Blanke, T. Landis, L. Spinelli, M. Seeck, “Out-of-body Experience and Autoscapy of Neurological Origin”, *Brain*, 127, 2004, pp. 243-258.

<sup>7</sup> W. Penfield, *The Mystery of the Mind: A Critical Study of Consciousness and the Human Brain*, Princeton University Press, Princeton, 1975 (trad. it. *Il mistero della mente*, Vallecchi, Firenze, 1991).

<sup>8</sup> C. Urgesi, S. M. Aglioti, M. Skrap, F. Fabbro, “The Spiritual Brain: Selective Cortical Lesions Modulate Human Self Transcendence”, *Neuron*, 65, 2010, pp. 309-319.

ti i pazienti è stato somministrato il test di Temperamento e Carattere (TCI) di Robert Cloninger prima e dopo l'intervento neurochirurgico. Il TCI è un questionario di autovalutazione composto da 240 domande. Esso valuta quattro dimensioni legate al temperamento (ricerca della novità, evitamento del danno, dipendenza dalla ricompensa, persistenza) e tre dimensioni collegate al carattere (autodirezionalità, cooperatività e trascendenza).

Le domande del test che corrispondono alla dimensione della trascendenza valutano la tendenza di un individuo a identificarsi con una "coscienza unitaria" nella quale ogni essere è parte di una totalità (con domande del tipo: "Qualche volta mi sento come se fossi parte di qualcosa senza limiti o confini nel tempo e nello spazio"; "Ho avuto esperienze che mi hanno reso talmente chiaro il mio ruolo nella vita da sentirmi molto eccitato e felice in seguito"; "Ho passato dei momenti di grande gioia nei quali improvvisamente ho avuto un chiaro e profondo sentimento d'identità con tutto il creato"; "Qualche volta mi sento così collegato con la natura che ogni cosa sembra essere parte di un unico organismo vivente"; "Spesso mi sento parte di una forza spirituale dalla quale dipende tutta la vita"). Questa dimensione può essere descritta come accettazione, identificazione o unione spirituale con la natura e con la sua origine.

I soggetti con punteggi alti nella trascendenza sono descritti come appagati, non pretenziosi, creativi, altruistici e spirituali. In Oriente vengono in genere percepiti come saggi e illuminati, mentre in Occidente sono solitamente percepiti come ingenui, idealisti, creduloni. Al contrario, coloro che hanno bassi punteggi tendono a essere superbi, non appagati, impazienti, materialisti, privi di immaginazione e sprezzanti dell'arte. Non tollerano facilmente l'incertezza, l'ambiguità, le sorprese e si sforzano di avere il massimo controllo su tutto. Hanno difficoltà ad accettare la sofferenza e la morte. Nelle società occidentali tendono a essere ammirati per la loro razionalità e il successo materiale.

Nel confronto dei risultati al test del TCI fra i pazienti con lesioni anteriori e quelli con lesioni posteriori, l'unica dimensione significativamente differente era la trascendenza. I pazienti con lesioni posteriori (senza differenze di lato) presentavano una per-

centuale di trascendenza superiore a quelli con lesioni anteriori. Inoltre l'unica dimensione che si modificava, aumentando significativamente dopo l'operazione di asportazione del tumore, era la trascendenza. In particolare i pazienti con lesioni del lobo frontale presentavano una trascendenza inferiore alla media, indicando così che l'attivazione di queste strutture favorisce l'atteggiamento spirituale. Un risultato che conferma una serie di ricerche precedenti, in cui era stata descritta una diminuzione dell'interesse religioso in pazienti affetti dal morbo di Parkinson (una malattia nella quale diminuisce il livello di funzionalità del lobo frontale).<sup>9</sup>

Tuttavia il risultato più interessante della ricerca è stato la constatazione che l'asportazione di tessuto cerebrale nelle strutture posteriori del cervello e in particolare nel lobo parietale inferiore di sinistra e nel giro angolare di destra (entrambe strutture del lobo parietale), determinava un significativo aumento della trascendenza. L'accesso alla dimensione spirituale sembra dunque dipendere da una specifica disattivazione del lobo parietale, una struttura che interviene nella rappresentazione del corpo e dello spazio e nell'organizzazione del sé. Le intense esperienze spirituali che si associano a una perdita della delimitazione fra il sé e l'altro sembrano essere in relazione con una diminuita attività funzionale di entrambi i lobi parietali e in particolare di quello di destra.<sup>10</sup>

### 3. *L'esperienza spirituale alla luce delle neuroimmagini*

Lo sbalorditivo sviluppo delle neuroscienze negli ultimi trent'anni è legato alla realizzazione di tecniche per la visualizzazione dell'attività del cervello. Le più note sono la tomografia a emissione di positroni (PET), la tomografia computerizzata a emissione di singoli fotoni (SPECT) e la risonanza magnetica funzionale (fMRI). Tutte queste tecniche si basano sul principio che i distretti del cervello più attivati aumentano il flusso sangui-

<sup>9</sup> P. McNamara, R. Durso, H. Harris, "Life Goals of Parkinson's Disease: A Pilot Study on Correlations with Mood and Cognitive Functions", *Clinical Rehabilitation*, 20, 2006, pp. 818-826.

<sup>10</sup> A. B. Newberg, E. d'Aquili, V. Rause, *Why God Won't Go Away: Brain Science and the Biology of Beliefs*, Ballantine Books, New York, 2001 (trad. it. *Dio nel cervello*, Mondadori, Milano, 2002).



gno locale, in quanto l'attivazione dei neuroni deve essere supportata da un adeguato contributo di ossigeno e di sostanze metaboliche; mentre i distretti meno attivati diminuiscono il loro flusso. Per visualizzare le strutture la PET e la SPECT utilizzano dei traccianti debolmente radioattivi, mentre la fMRI misura, attraverso lo studio di campi magnetici, la percentuale di emoglobina carica di ossigeno. Negli ultimi anni la fMRI sta sostituendo le altre due tecniche perché possiede una maggiore definizione spaziale e temporale. È in grado riconoscere l'attivazione di strutture molto piccole (dell'ordine di qualche mm<sup>3</sup>) e di studiare compiti che durano soltanto qualche secondo, inoltre i soggetti studiati non sono sottoposti ad alcun tipo di radiazione ionizzante.

Lo studio delle esperienze spirituali con le tecniche delle neuroimmagini è iniziato nei primi anni novanta. Da allora sono state eseguite alcune decine di ricerche, con varie tecniche, durante esperienze spirituali di tradizioni religiose diverse, come ad esempio lo yoga, la meditazione trascendentale, la meditazione buddhista (meditazione *vipassanā*, meditazione compassionevole), l'unione mistica della tradizione carmelitana, ecc. Alla luce dei dati ottenuti è possibile iniziare a formulare alcune ipotesi sul funzionamento del cervello durante l'esperienza religiosa. Una delle prime e più importanti ricerche è stata realizzata nel 2001 dal gruppo di Andrew Newberg.<sup>11</sup> Questi ricercatori, utilizzando la SPECT, hanno studiato l'attivazione cerebrale durante un'ora di meditazione tibetana in soggetti che la praticavano da più di 15 anni. Durante la meditazione si attivavano strutture cerebrali diverse rispetto allo stato di riposo, in particolare il flusso sanguigno aumentava nella corteccia del cingolo (CC), nella corteccia orbitale del lobo frontale (OFC) e nella corteccia prefrontale dorsolaterale (DL-PFC) e diminuiva significativamente nella corteccia del lobo parietale superiore di sinistra (SPL-sn). In sintesi la meditazione tibetana sembra attivare le strutture mediali del lobo frontale e contemporaneamente disattivare alcune strutture del lobo parietale.

<sup>11</sup> A. B. Newberg, A. Alavi, M. Baime, M. Pourdehnad, J. Santanna, E. d'Aquili, "The Measurement of Regional Cerebral Blood Flow During the Complex Cognitive Task of Meditation: a Preliminary SPECT Study", *Psychiatry Research*, 106, 2001, pp. 113-122.

Alcuni ricercatori, dopo aver compiuto un discreto numero di ricerche con le neuroimmagini, hanno iniziato a porsi delle domande più profonde, ad esempio: Che relazioni intercorrono fra la meditazione e l'attenzione? Esistono fasi differenti della meditazione? Che cos'è da un punto di vista fisiologico la cosiddetta condizione di riposo? Un gruppo di ricercatori guidato da Richard J. Davidson della Università del Wisconsin ha studiato il ruolo dei diversi tipi di attenzione che si mettono in pratica durante la meditazione buddhista *vipassanā*. Essi hanno proposto di distinguere due momenti della meditazione *vipassanā*: la parte iniziale in cui l'attenzione è concentrata sul respiro o sul corpo (*focused attention*), dalla fase successiva in cui l'attenzione è più diffusa (*open monitoring*). In genere nelle fasi iniziali della meditazione *vipassanā*, chi medita concentra la propria attenzione su un punto delle narici prestando attenzione all'aria che entra ed esce dal naso (*anāpānasati*), oppure può esaminare in maniera sistematica le parti del corpo (*body scan*). Le strutture cerebrali che si attivano durante le fasi della meditazione in cui l'attenzione è focalizzata sono: 1) alcune aree del lobo frontale [corteccia del cingolo-CC; la corteccia prefrontale dorsolaterale (DL-PCF); corteccia prefrontale ventrolaterale (VL-PCF), aree visive frontali]; 2) alcune aree del lobo parietale destro; 3) il talamo. Dopo le prime fasi della meditazione *vipassanā* da una modalità di attenzione focalizzata si passa a una forma di attenzione più diffusa, nella quale il meditante cerca di osservare lo stato in cui si trova il suo corpo e la sua mente. In questo secondo momento si attivano le strutture nervose coinvolte nei processi di entero ed esterocezione a livello cognitivo, emotivo e vegetativo. Le strutture coinvolte in questa forma di attenzione più diffusa sono: la corteccia anteriore del cingolo – ACC; le porzioni anteriori dell'insula e la corteccia somatosensoriale – SII.<sup>12</sup>

#### 4. La meditazione e le componenti del sé

Un aspetto fondamentale, nello studio della mente mediante la tecnica delle neuroimmagini, riguarda il funzionamento del

<sup>12</sup> A. Lutz, H. A. Slagter, J. D. Dunne, R. J. Davidson, "Attention Regulation and Monitoring in Meditation", *Trends in Cognitive Sciences*, 12, 2008, pp. 163-169.

cervello nella cosiddetta condizione di riposo. Numerose ricerche hanno mostrato che, in questo stato, l'attività del cervello non è affatto diminuita rispetto a una condizione in cui i soggetti devono eseguire dei compiti. È diventato sempre più evidente che non è possibile per gli esseri umani sospendere le attività cognitive e mentali. Quella che un tempo era considerata una "condizione di riposo" ora viene definita "condizione *default*".<sup>13</sup> Se a un soggetto non viene imposto alcun compito cognitivo e la sua mente viene lasciata libera, egli involontariamente viene assorbito da una serie d'immagini mentali e pensieri che si succedono, apparentemente senza un ordine preciso. L'intrusione di pensieri, immagini e ricordi sembra essere un fenomeno pervasivo della mente umana. L'individuo cerca di dare un ordine al succedersi di immagini e pensieri attraverso una narrazione interiore in terza persona e tende a "identificarsi" in questo continuo e involontario "flusso di coscienza". Una buona parte di questa attività viene dedicata al recupero di frammenti della memoria autobiografica e alla simulazione e pianificazione del futuro.

Lo studio attraverso le neuroimmagini ha permesso di definire con sufficiente precisione la rete di strutture cerebrali coinvolte nella condizione di *default*. Si tratta di una serie di aree corticali, dell'emisfero linguistico (sinistro), collegate tra di loro e coinvolte: a) nella pianificazione del futuro [strutture medial del lobo frontale: corteccia prefrontale dorsomediale (DM-PFC); corteccia prefrontale ventromediale (VM-PFC)]; b) nella commutazione involontaria dell'attenzione [lobulo parietale inferiore (IPL); corteccia posteriore del cingolo (PCC)]; c) nel recupero d'informazioni autobiografiche (formazione ippocampale) e d) nella elaborazione di una narrazione interiore (corteccia del lobo temporale). È probabile che la condizione *default* si sia sviluppata negli esseri umani per l'adesione di numerose culture a modelli educativi che si basano prevalentemente sull'anticipazione del futuro e su una prolissa elaborazione verbale interiore. Mi sembra

<sup>13</sup> R. L. Buckner R, J. R. Andrews-Hanna, D. L. Schacter, "The Brain's Default Network: Anatomy, Function, and Relevance to Disease", *New York Academy of Sciences*, 1124, 2008, pp. 1-38.

significativo ricordare che nei soggetti schizofrenici il sistema *default* aumenta la sua attivazione durante le crisi psicotiche.

Norman A. Farb e il suo gruppo di ricerca dell'Università di Toronto hanno proposto di equiparare la "*condizione default*" al "sé narrativo" che sta alla base del concetto dell'io.<sup>14</sup> Numerose caratteristiche di questo "sé narrativo" corrispondono infatti all'*Ego* o *io insulare* della psicologia umanistica e transpersonale e al *piccolo io* delle tradizioni spirituali orientali. Secondo Farb, il soggetto, praticando la meditazione *vipassanā*, impara a spostarsi dalla condizione del "sé narrativo" alla condizione del "sé esperienziale". Il soggetto diventa consapevole (*disidentificandosi*) del flusso di pensieri e delle immagini, è concentrato sul momento presente ed è maggiormente collegato con la percezione esteroceettiva ed enteroceettiva. Lo studio di questa condizione, con le neuroimmagini, evidenzia uno spostamento dell'attivazione dalle strutture mediali (che sostengono il sé narrativo) alle strutture laterali dell'emi-sfero destro (che sostengono il sé esperienziale). Nei soggetti studiati, che praticavano giornalmente la meditazione *vipassanā* da più di otto settimane, si riduceva l'attivazione delle strutture mediali del lobo frontale e dell'amigdala di sinistra mentre aumentava il flusso cerebrale in una rete di strutture dell'emisfero destro composte: a) dalla corteccia prefrontale laterale inferiore (L-PFC), una struttura collegata con la consapevolezza non verbale e il controllo inibitorio; b) dall'insula, una struttura coinvolta nell'enterocezione; c) dalla corteccia somatosensoriale secondaria (SII); d) dal giro angolare, una struttura del lobulo parietale inferiore (IPL), coinvolta nella focalizzazione della coscienza sul momento presente (definito anche come "qui e ora").

Oltre alle condizioni mentali centrate sul "sé narrativo" e sul "sé esperienziale", esiste una terza condizione, descritta in numerose tradizioni spirituali, che può essere definita come uno stato di "consapevolezza intuitiva", oppure come "consapevolezza della

<sup>14</sup> N.A.S. Farb, Z.V. Segal, H. Mayberg, J. Bean, D. McKeon, Z. Fatima, A. Anderson, "Attending to the Present: Mindfulness Meditation Reveals Distinct Neural Modes of Self-Reference", *Scan*, 2, 2007, pp. 313-322.

consapevolezza” o “consapevolezza senza riferimento”. Si tratta di una condizione d’intensa spiritualità (*peak experience*) collegata a stati di *trance* e alla trascendenza. Una caratteristica neuropsicologica di questa condizione è la disattivazione dei lobi parietali che determinano esperienze di uscita fuori dal corpo, disorientamento spaziale e temporale e riduzioni delle barriere che separano il sé dal tutto.

#### *5. Esperienze spirituali e trance*

L’attività mentale degli esseri umani è molto complessa e variegata. Le neuroscienze hanno permesso di identificare con chiarezza differenti stati mentali, come ad esempio la veglia, il sonno e il sogno (sonno paradossale). Tuttavia gli stati mentali sono sicuramente più numerosi rispetto a questa semplice classificazione. Infatti, nel sonno (a onde lente) riconosciamo almeno quattro fasi. Anche la condizione di veglia è molto più complessa di quanto si possa immaginare. Essa è influenzata particolarmente dall’attenzione. In alcune condizioni il sistema attentivo può essere concentrato sulle funzioni di *orientamento* (con attivazione prevalente del sistema colinergico), in altre sulle funzioni di *allerta* (con attivazione del sistema noradrenergico), in altre ancora sulle funzioni *esecutive* (con attivazione del sistema dopaminergico). Nelle esperienze spirituali più intense si riconoscono degli stati di coscienza molto differenti rispetto quello ordinario. Lo stato di coscienza di queste *peak experiences* viene definito come stato di *trance*. La *trance* è stata studiata in contesti religiosi, oppure, in maniera molto più diffusa e con tecniche sperimentali, nell’ipnosi.

L’ipnosi è uno stato particolare della coscienza in cui prevale una condizione di assorbimento interiore, nella quale l’attenzione viene rivolta verso l’interiorità e contemporaneamente si riducono l’esplorazione e il controllo dell’ambiente, inoltre possono modificarsi i sistemi percettivi e motori.<sup>15</sup> I soggetti in *trance* ipnotica sono in grado di vedere cose inesistenti e non vedere

<sup>15</sup> M. R. Nash, A. J. Barnier (eds.), *The Oxford Handbook of Hypnosis*, Oxford University Press, Oxford, 2008.

cose reali, sono in grado di compiere movimenti automatici (involontari). In genere l'ipnosi si sviluppa all'interno di un particolare contesto comunicativo tra l'ipnotista e l'ipnotizzato. Tuttavia sono ben noti fenomeni di *trance* spontanea indotti da particolari condizioni e contesti sociali (come ad esempio la *trance* indotta dalla danza a Bali, o quella che dipende da esperienze di isolamento oppure dalla partecipazione a particolari spettacoli come il cinema o il teatro). Nonostante l'ipnosi sia favorita dalla suggestione (che permette di distinguere individui ad alta e bassa suscettibilità ipnotica), la *trance* o "ipnosi neutrale" ne è indipendente. Una modalità generale di funzionamento psicologico dell'ipnosi è la "dissociazione". Nell'ipnosi alcune componenti della vita mentale vengono separate dal resto, situandosi al di là della consapevolezza e del controllo volontario. La dissociazione permette di spiegare alcuni fenomeni simili all'amnesia e all'isteria, tipici della *trance*.<sup>16</sup>

Verso la fine degli anni novanta sono iniziati gli studi della *trance* ipnotica con le tecniche delle neuroimmagini (prevalentemente con la PET). Il gruppo più attivo è stato quello di Pierre Rainville dell'Università di Montréal, che è riuscito a differenziare le strutture cerebrali attivate in differenti condizioni ipnotiche, nelle quali potevano prevalere la suggestione, il rilassamento o l'assorbimento interiore.<sup>17</sup> Di particolare interesse è la condizione di assorbimento o "ipnosi neutrale" che secondo molti ricercatori equivale alla *trance*. Nello stato di assorbimento interiore si attivano le strutture del ponte, il talamo, la corteccia anteriore del cingolo (ACC), la porzione anteriore del lobo parietale destro e bilateralmente la corteccia frontale ventrolaterale (VL-PFC). Mentre contemporaneamente si disattivano le porzioni posteriori dei lobi parietali e occipitali.

L'attivazione della rete di centri nervosi che includono il tronco cerebrale, il talamo, la corteccia anteriore del cingolo, le porzioni ventrali del lobo frontale e le porzioni anteriori del lobo

<sup>16</sup> E. R. Hilgard, *Divided Consciousness*, John Wiley & Sons, New York, 1986.

<sup>17</sup> P. Rainville, R. K. Hofbauer, M. C. Bushnell, G. H. Duncan, D. D. Price, "Hypnosis Modulates Activity in Brain Structures Involved in the Regulation of Consciousness", *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14, 2002, pp. 887-901.

parietale, determina uno stato di attenzione rivolta verso l'interiorità, che a livello fenomenologico corrisponde alla condizione di assorbimento interiore. La disattivazione bilaterale delle strutture parietali posteriori e occipitali favorisce una riduzione dell'attività esplorativa esterna, una tendenza al disorientamento spaziale e temporale, una riduzione delle barriere che delimitano il sé dall'altro. Secondo Rainville, sia da un punto di vista fenomenologico che neuropsicologico, la meditazione e la *trance* hanno numerose caratteristiche in comune.<sup>18</sup> A livello psicologico entrambe le condizioni sono caratterizzate da assorbimento interiore e rilassamento, mentre a livello neurobiologico si associano all'attivazione di alcune strutture frontali (corteccia anteriore del cingolo e corteccia prefrontale ventrolaterale), con contemporanea disattivazione della corteccia parietale posteriore.

#### *6. Conclusioni*

Negli ultimi decenni vi sono state numerose occasioni di incontro fra la psicologia delle esperienze religiose e la psicoterapia; recentemente si è assistito a uno scambio fecondo tra le neuroscienze e il buddhismo. Nonostante i differenti livelli di analisi e i differenti obiettivi, molti neuroscienziati sono diventati consapevoli dell'enorme bagaglio di conoscenze e di esperienze psicologiche che la tradizione buddhista ha accumulato negli ultimi due millenni. Le idee riguardanti la natura degli oggetti, dello spazio e del tempo, la particolare strutturazione del sé, elaborate all'interno del buddhismo sono particolarmente significative e trovano numerose conferme a livello sperimentale nell'ambito neurofisiologico e neuropsicologico. Gli studi sulle tecniche di meditazione buddhista, in particolare sulla meditazione *vipassanā* e sulla *mindfulness*, hanno permesso di comprendere meglio non solo l'organizzazione cerebrale di alcuni stati di coscienza non ordinari (quali ad esempio la presenza mentale), ma anche il cosiddetto stato di coscienza ordinario. Probabilmente ci troviamo all'inizio di un percorso nel quale l'approccio logico-sperimentale

<sup>18</sup> J. A. Grant, P. Rainville, "Hypnosis and Meditation: Similar Experiential Changes and Shared Brain Mechanisms", *Medical Hypotheses*, 65, 2005, pp. 625-626.

*Franco Fabbro*

della scienza occidentale si integrerà sempre di più con le conoscenze e le pratiche buddhiste basate sulla consapevolezza e la compassione. La scienza potrà così avvalersi non soltanto della ragione ma anche di un cuore saggio.



## *Il cuore saggio della psicoanalisi relazionale*

GHERARDO AMADEI

### *1. Armoniose coincidenze*

Secondo uno dei più importanti biologi del nostro tempo, Edward Wilson, cercare, ed eventualmente trovare, comunanze ed “armoniose coincidenze”<sup>1</sup> tra asserzioni appartenenti a campi del sapere distanti tra loro, consente di rafforzare la verità di conoscenze che acquisiscono particolare valore proprio perché capaci di andar oltre i confini del loro territorio di origine. Come scrive Heisenberg, uno dei padri della fisica moderna, “è probabilmente vero che gli sviluppi più fruttuosi della storia del pensiero umano si verificano spesso ai punti di intersezione tra due diverse linee di pensiero. Queste linee possono avere le loro radici in luoghi e tempi assolutamente differenti della cultura umana”.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Rendo con questa espressione il termine inglese “*consilience*”. Questo stesso termine è il titolo dell’importante studio di Edward Wilson, *Consilience. The Unity of Knowledge*, Knopf, New York, 1998 (trad. it. *L’armonia meravigliosa*, Mondadori, Milano, 1999).

<sup>2</sup> Werner Heisenberg, in F. Capra, *Il Tao della Fisica*, Adelphi, Milano, 1989, p. 7 (*The Tao of Physics*, Berkeley, CA, 1975).

Un esempio di tale modalità di ricerca è stato rappresentato da *Il Tao della fisica*, il celebre libro pubblicato da Fritjof Capra con l'intento di mettere in evidenza le sovrapposizioni tra le due teorie fondamentali della fisica del ventesimo secolo<sup>3</sup> e il nucleo centrale delle "concezioni orientali del pensiero", che, pur nella pressoché infinita gamma di sfumature che le distinguono, sono percorsi da una corrente interna di individuabile unitarietà.

Avendo in mente la grande finezza del lavoro di Capra, l'obiettivo che mi propongo (con una ricerca di cui riferirò qui solo alcune parti) è quello di mostrare le "armoniose coincidenze" tra "gli insegnamenti universali della psicologia buddhista" e la psicoanalisi contemporanea. Parto dalle considerazioni di Alan Watts, il quale da tempo ha sostenuto che i fondamenti comuni dei principi teorici e delle pratiche tra le diverse "vie della vita", rappresentate da Vedanta, Buddismo, Taoismo e Zen, possiedono delle caratteristiche che in Occidente non sono rintracciabili nei sistemi religiosi o filosofici quanto piuttosto nelle teorie che formano le basi della pratica psicoterapeutica, e io aggiungo in particolare di quella della psicoanalisi relazionale.<sup>4</sup>

Voglio infatti subito precisare che parlare di "psicoanalisi" al singolare è ormai del tutto impreciso: numerose sono le teorie psicoanalitiche che nel corso del tempo si sono costituite come varianti del modello classico. In particolare, dagli anni '90, la ricombinazione tra elementi teorici e clinici di diversi orientamenti (in particolare quello degli indipendenti britannici, della scuola interpersonale e culturalista americana, della teoria dell'attaccamento, della psicologia del sé e dell'*Infant Research*) ha dato vita a una psicoanalisi relazionale di cui è importante cogliere il carattere di discontinuità rispetto alle psicoanalisi classiche e post-classiche.<sup>5</sup> La psicoanalisi relazionale è ormai emersa con una

<sup>3</sup> Ossia la meccanica quantistica e la teoria della relatività.

<sup>4</sup> A. Watts, *Psicoterapie orientali ed occidentali*, Roma, Astrolabio, 1978, p.10 (*Psychotherapy East and West*, New York, 1961).

<sup>5</sup> Talora addirittura "rivoluzionaria" come amava evidenziare uno dei suoi fondatori, Stephen Mitchell; si veda il suo *Speranza e timore in psicoanalisi*, Torino, Bollati Boringhieri, 1995 (*Hope and Dread in Psychoanalysis*, Basic Books, New York, 1993).

identità precisa che, concependo la vita psichica come costantemente costruita sulla base di configurazioni del “sé in relazione con gli altri”,<sup>6</sup> ha sviluppato una originale visione della natura dell'uomo, della genesi dei suoi disagi e delle modalità di prendersene cura.

Per riferire solo della dimensione clinica, e di questa unicamente di un tema, quello della “resistenza”, perseverare nel credere a tale concetto inevitabilmente assegna al paziente una parte, quella di colui che cela, e al terapeuta un'altra, quella di investigatore della “Verità”. Questa impostazione non sembra di alcun vantaggio, ma anzi di ostacolo, rispetto al progetto analitico, anche per i danni che “un analista che suppone di sapere” può arrecare alla persona che a lui si affida. Lo psicoanalista relazionale si considera più come un compagno di viaggio per il paziente, accompagnandolo attraverso quel “viaggio affettivo condiviso” che è l'analisi nei termini di Daniel Stern.<sup>7</sup> Definizione ben diversa dunque da quella di “tritacarne psicoanalitico”, in cui Sophie, una paziente della quale ci parla Mitchell, temeva di precipitare se avesse iniziato a raccontare (dopo l'interruzione delle sedute per le vacanze d'agosto) della sua storia d'amore estiva e se questa fosse stata quindi sottoposta al vaglio di interpretazioni psicoanalitiche troppo sovente dimentiche che “il cuore ha delle ragioni che la ragione non può comprendere”.<sup>8</sup>

Dopo Freud, i maggiori orientamenti della psicoanalisi ortodossa hanno visto una progressiva riduzione di credibilità, non solo sul fronte scientifico ma anche su quello del senso comune, perseverando nel sottrarsi sia dal provare empiricamente la loro presunta efficacia, sia dal confronto con altri ambiti coinvolti nello studio della mente, come quelli della ricerca sullo sviluppo infantile o dalle neuroscienze. Da questo assetto generale della cultura psicoanalitica, tendenzialmente sganciato dai riferimenti esterni, e quindi sostenuto da una logica prevalentemente auto-referenziale, ne consegue poi uno particolare, che conduce

<sup>6</sup> *Ivi*, p. 22.

<sup>7</sup> D. Stern, *Il momento presente*, Cortina, Milano, 2005, p. 204 (*The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*, WW Norton & Company, New York, 2004).

<sup>8</sup> Mitchell, *op. cit.*, p. 15.

l'analista a considerare le proprie interpretazioni sul materiale presentato dal paziente come se fossero "verità" e non "ipotesi". Di fatto rimane centrale per la psicoanalisi relazionale l'insegnamento di Bowlby quando propone di rivolgersi al paziente nell'attitudine del "tu sai la verità su di te, io posso solo provare ad aiutarti a dirla".<sup>9</sup>

È quindi importante comprendere che "la psicoanalisi, come viene praticata e intesa da numerosi clinici e teorici contemporanei, è diversa da quella delle origini",<sup>10</sup> rispetto alla quale rappresenta una netta discontinuità, tesa come è a consentire alla persona di ricercare un significato personale rispetto all'esperienza, una rivitalizzazione della soggettività, un rinnovo della capacità di entusiasinarsi, una passione fecondata dall'immaginazione.

Che sia la psicoanalisi relazionale,<sup>11</sup> il partner privilegiato per l'incontro con il buddhismo comincia a configurarsi come una ipotesi a partire da una constatazione: i tre libri, solitamente considerati di riferimento su questo incontro, sono stati curati da autori (Eric Fromm, Jeremy Safran ed Antony Molino) che rappresentano una psicoanalisi esterna all'IPA. Mi riferisco a *Psicoanalisi e buddhismo zen*,<sup>12</sup> a *Psychoanalysis and Buddhism. An unfolding dialogue*,<sup>13</sup> e a quello che, pur essendo stato parzialmente tradotto in

<sup>9</sup> J. Bowlby, *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*, Cortina, Milano, 1989, p.146 (*A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*, Routledge, London, 1988).

<sup>10</sup> Mitchell, *op. cit.*, p.100 e, per le considerazioni successive, p. 92.

<sup>11</sup> Per quanto riguarda l'area clinica non psicoanalitica, qui si può fare solo cenno al fatto che diversi modelli sono basati o sono fortemente influenzati dalla psicologia buddista, anche se mantengono un'assoluta laicità nel loro proporsi: mi riferisco a modelli clinici di eccezionale interesse come la *Mindfulness Based Stress Reduction* (MBSR) di Jon Kabat-Zinn, la *Mindfulness Based Cognitive Therapy* (MBCT) di John Teasdale, alla *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) di Marsha Linehan. Anche nella psicologia umanistico-esistenziale di Abraham Maslow, Carl Rogers, Rollo May e Irvin Yalom, e in quella gestaltica sono evidenti forti coincidenze con le vie orientali.

<sup>12</sup> E. Fromm, D. Suzuki, R. De Martino, *Psicoanalisi e buddhismo zen*, Astrolabio, Roma, 1968 (*Zen Buddhism and Psychoanalysis*, New York, 1960).

<sup>13</sup> J. Safran (ed.), *Psychoanalysis and Buddhism. An Unfolding Dialogue*, Wisdom Publications, Boston, 2003.

italiano, preferisco ricordare con il suo suggestivo titolo inglese *The Coach and the Tree*.<sup>14</sup>

L'ipotesi che sia la psicoanalisi relazionale a essere il partner privilegiato per l'incontro con il buddhismo si rafforza considerando gli autori coinvolti nei diversi progetti editoriali sopracitati. Anzitutto va ricordato che Fromm (che oltre a curare l'intero saggio *Psicoanalisi e buddhismo zen*, è anche autore di un contributo ivi contenuto) è stato di fatto il fondatore di un orientamento psicoanalitico definito "culturalista", dai connotati relazionali *ante-litteram*, mai accolto nel *main stream* psicoanalitico. Quanto poi agli autori coinvolti nel testo di Jeremy Safran vi troviamo non solo lo stesso Safran, attuale presidente della IARPP (*International Association of Relational Psychoanalysis and Psychotherapy*), ma anche illustri esponente del modello relazionale, a partire dal suo "fondatore", Stephen Mitchell. Quanto al testo curato da Molino, a proposito di una delle figure più significative tra quelle presenti nel volume, egli scrive: "non c'è psicoanalista che abbia lavorato più di Nina Coltart per costruire un ponte tra psicoanalisi e buddhismo". E non si può dimenticare che la Coltart (considerata da Bollas come una delle esponenti di maggior spicco della corrente della psicoanalisi indipendente) decise di dimettersi dalla Società Psicoanalitica Britannica.

L'ipotesi che sia la psicoanalisi relazionale il partner privilegiato per l'incontro con il buddhismo trova ulteriore supporto se si prendono in considerazione i contenuti tematici che costituiscono il *cuore saggio* della psicologia buddhista<sup>15</sup> e che possono essere rintracciati, esplicitamente o implicitamente, negli scritti di molti psicoanalisti nel corso del tempo. La storia dei rapporti espliciti della psicologia clinica occidentale con la sapienza orientale deve certamente essere fatta risalire a Jung, ricordando poi che altri autori successivi, tra i quali Karen Horney, Emmanuel Ghent, Nina Coltart, nonché, per venire ai contemporanei, Mark Epstein e Jeremy Safran, hanno dimostrato con chiarezza i loro legami con la tradizione della psicologia buddhista. Altri psicoana-

<sup>14</sup> A. Molino, *The Coach and the Tree*, North Point Press, New York, 1998 (parziale trad. italiana *Psicoanalisi e buddhismo*, Cortina, Milano, 2001).

<sup>15</sup> Vedi *infra* nota 26.

Gherardo Amadei

listi invece (tra i quali Michael Balint, Donald Winnicott, Wilfred Bion, Stephen Mitchell e l'ultimo Daniel Stern) non fanno esplicita menzione di simili legami, ma viene da domandarsi se poi sarebbero davvero stupiti nell'apprendere che nei loro scritti si possono implicitamente, ma con evidenza, riscontrare non tanto semplici assonanze quanto coincidenze sostanziali con le vie orientali su tematiche importanti quali quelle sotto elencate in ordine sparso:

*paradigma di riferimento*

psicologia mono personale / paradigma della mente isolata	↔	impostazione sistemica / interdipendenza / inter-essere
---	---	---

*importanza accordata dalla cornice teorica ai sensi di colpa*

centralità e conseguente necessità di elaborazione	↔	la colpa è una delle tante emozioni negative
--	---	--

*genesì dell'io*

<i>dall'es</i> attraverso la "civilizzazione" di quest'ultimo	↔	esiste un sé originario e sano, che va "lasciato essere" <sup>16</sup>
---	---	--

*sé*

unitario	↔	sé multipli
----------	---	-------------

*estensione del tempo con cui avere, per lo più, a che fare*

<i>cronos</i>	↔	<i>kairòs</i>
---------------	---	---------------

*dimensione su cui, per lo più, intervenire*

"cosa sta pensando?"	↔	"cosa sta provando/sentendo?"
----------------------	---	-------------------------------

*enfasi sul tipo di livello comunicativo*

mentale, verbale, esplicito	↔	mentale e corporeo, esplicito e implicito
-----------------------------	---	---

*fattore terapeutico*

<i>insight</i>	↔	consapevolezza
----------------	---	----------------

<sup>16</sup> Vedi *infra* nota 26.

*Il cuore saggio della psicoanalisi relazionale*

*attitudine verso i sintomi*

combatterli per cambiarli	↔	accettarli per cambiarli
---------------------------	---	--------------------------

*obiettivo dei trattamenti*

l'adeguamento alla realtà; la fase depressiva; "l'alfabetizzazione" degli elementi non pensati	↔	la vitalizzazione esperienziale, la presenza nel corpo-mente, l'essere "totali"
---	---	---

*partecipazione del clinico*

osservatore che non partecipa (o che partecipa in modo "sognante")	↔	osservatore partecipe; partecipante che osserva con modalità di "ricettività non intrusiva", <sup>17</sup> di "nuda attenzione", di <i>mindfulness</i>
--	---	---

*qualità dell'attenzione del terapeuta durante le sedute*

liberamente fluttuante	↔	costante, "nuda", non giudicante
------------------------	---	----------------------------------

In considerazione delle dimensioni che questo scritto deve mantenere, mi propongo di approfondire esclusivamente il tema della qualità dell'attenzione, assumendolo peraltro come uno dei più rilevanti indicatori di una sovrapposizione tra una concettualizzazione della psicologia psicoanalitica relazionale e la psicologia del *dharma* e dello zen, che hanno nella pratiche della meditazione di consapevolezza il loro "setting applicativo".

*2. Attenzione all'attenzione*

"La mente non addestrata oscilla tra agitazione e torpore, e fra irrequietezza e noia. Lo sviluppo di un'attenzione stabile ha rappresentato nel corso dei secoli un elemento chiave nelle tradizioni meditative, originando un vasto insieme di pratiche e di tecniche",<sup>18</sup> cioè dei modi per affinare l'attenzione, intendendola però non come una fra le tante *skills* da potenziare, ma come una modalità di essere da coltivare, in quanto capace di tenere a bada la proliferazione mentale che genera sofferenza. Tale at-

<sup>17</sup> Mitchell, *op. cit.*, p.125.

<sup>18</sup> A. Wallace, *La rivoluzione dell'attenzione*, Astrolabio, Roma, 2008, p.10 (*The Attention Revolution*, Wisdom Publications, Sommerville, MA, 2006).

tenzione non giudicante conduce infatti a una specifica modalità, quella di essere totalmente presenti a se stessi, così come agli altri, nell'esperienza del "qui e ora".

Per definire tale presenza nell'esperienza, che l'attenzione può sostenere, la parola inglese ora in uso è *mindfulness*, tradotta in passato in modo sicuramente non adeguato con "mentalizzazione" e ora reso con "presenza mentale",<sup>19</sup> o "consapevolezza",<sup>20</sup> termini che, come *mindfulness*, non riescono comunque a veicolare la ricchezza semantica della parola originale, in pāli o sanscrito. Karen Horney, cercando di recuperare la pienezza espressiva originaria, aveva preferito tradurre con *heartfulness*, "pienezza del cuore", proprio per evitare ogni deriva mentalistica in quanto il termine origina in una cultura che si rifiuta di concettualizzare in modo dualistico, sostenendo che ogni esperienza è sempre, inseparabilmente, della mente e del cuore, entrambi radicati nella consistenza corporea dell'esperienza stessa. Dobbiamo quindi aver ben chiaro che *mindfulness* vuole dire essere totali, senza scissioni, presenti sia con la mente sia con il cuore, in una modalità che si sostiene grazie a una costante attenzione al mutevole flusso delle esperienze.

Se, grazie alle intuizioni di Freud, ha avuto inizio una clinica finalmente fondata sul dare adeguata attenzione alla soggettività della persona, sono stati poi altri gli autori che hanno portato a compimento le conseguenze della radicale innovazione freudiana: peraltro, malgrado il ruolo di elemento fondamentale per lo svolgimento del processo analitico che la metodologia clinica freudiana assegna alla particolare attenzione dell'analista durante la seduta, solo pochi autori, tra i quali Theodor Reik, Karen Horney, Wilfred Bion, Mark Epstein, Jeremy Safran e in particolare Nina Coltart, si sono cimentati a trattarla approfonditamente. "Nella nostra letteratura molta poca attenzione è stata data all'attenzione – scrive giustamente la Coltart – e così pure nelle discussioni cliniche, pubbliche o private, si può riscontrare la stessa omissione. Penso che ciò dipenda dal fatto che l'attenzione,

<sup>19</sup> Nella letteratura di riferimento, ad esempio nelle edizioni Astrolabio Ubaldini.

<sup>20</sup> Nelle ultime pubblicazioni di Cortina Editore.



questo invisibile ma essenziale componente della situazione clinica, si dia per scontata”.<sup>21</sup>

Tra i diversi motivi che rendono questa autrice importante nella storia del movimento psicoanalitico vi è quello di avere gettato nuova luce sull’attenzione, che dovrebbe essere, secondo la Coltart, l’impalcatura, il sostegno portante di ogni azione del terapeuta, anche quando sembra che non stia facendo niente. Che vi sia in atto uno scambio verbale o no, che stia parlando o ascoltando, osservando o percependo, l’attenzione dovrebbe divenire per il terapeuta la sua “seconda natura”: per dirla con la Coltart “ciò su cui si fonda il nostro lavoro quotidiano”.

Si può quindi sostenere che la rivoluzione iniziata da Sigmund Freud nel campo della cura dei disagi psichici ha il suo centrale punto di forza proprio nelle modalità di curare attraverso ciò che si comprende o di cui si fa esperienza in un “luogo adatto”, cioè un *setting*, costituito sia da elementi materiali, inerenti alle caratteristiche fisiche dello spazio, sia da altri immateriali, tra cui precise indicazioni tecniche, come quelle raccolte da Freud nei *Consigli al medico nel trattamento psicoanalitico*, in cui egli stabilisce che le due regole psicoanalitiche fondamentali sono quella rivolta al paziente di mantenere un flusso di pensiero caratterizzato da libere associazioni e quella prescritta all’analista di mantenere una attenzione liberamente fluttuante: “si stia ad ascoltare e non ci si preoccupi di tenere a mente alcunché”.<sup>22</sup> Di fatto tali indicazioni contengono l’essenza della novità che la psicoanalisi intende portare nelle modalità di cura dei disagi psichici.

Infatti, definendo come “liberamente fluttuante” la qualità particolare della attenzione che il clinico si deve proporre di mantenere nel corso della seduta, Freud aveva avuto un’intuizione profonda sulla necessità di marcare una radicale differenza tra l’attenzione, pur notevole, che l’uomo di scienza, e quindi anche il medico psichiatra, rivolge all’ “oggetto” che intende studiare, e la modalità con cui uno psicoanalista deve guardare alla

<sup>21</sup> N. Coltart, *Slouching towards Bethlehem... and Further Psychoanalytic Explorations*, Free Association Books, London, 1993, pp.180-182.

<sup>22</sup> S. Freud, *Consigli al medico nel trattamento psicoanalitico* (1912), in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, Vol. 6, Bollati Boringhieri, Torino, 1989, p. 533.

persona del paziente. Peraltro, se Nina Coltart accoglie pienamente il mandato freudiano circa l'importanza di questa particolare qualità dell'attenzione, la sua posizione introduce anche una differenza radicale, tanto che per descrivere compiutamente l'attenzione a cui si riferisce ha avuto bisogno di un aggettivo: "nuda", preso in prestito dalla tradizione buddista, secondo la quale "la nuda attenzione" è il tratto distintivo della pratica della meditazione *vipassanā*, cioè della "meditazione di consapevolezza" per eccellenza. Colui che medita cerca di rimanere in uno stato di "nuda attenzione" che gli consente di essere consapevole e quindi presente all'esperienza del momento, senza giudicarla ma accettandola nella sua totalità. Come spiegherà Nina Coltart stessa nella bellissima intervista ad Anthony Molino "nuda attenzione è un'idea che implica una sorta di purezza; non è un concetto ammassato e confuso. Significa semplicemente che si diventa più bravi, come sa ogni buon analista, nel concentrarsi sempre più direttamente, più puramente, su ciò che accade in una seduta; si arriva a concentrarsi sempre più esclusivamente sulla persona che si ha davanti, qui e ora, e su quella che è la sua esperienza con te: a un punto tale che la seduta assomiglia a una meditazione".<sup>23</sup>

È immediato osservare che queste considerazioni conducono a stabilire un modello di clinica psicoanalitica interpersonale ed esperienziale, in cui l'attenzione non è soltanto l'elemento fondante del *setting* ma anche il fattore essenziale della cura: "se mi fosse richiesto di selezionare un elemento caratteristico come il più costantemente e positivamente terapeutico, quale sarebbe la mia scelta? Senza dubbio, la qualità di una prolungata, mai affievolita attenzione: miscelata con una forte curiosità e con un genuino desiderio di ridurre la sofferenza del paziente, l'attenzione forma la matrice costante della positiva attitudine terapeutica del nostro lavoro".<sup>24</sup>

La psicoanalisi relazionale, con i suoi tratti di discontinuità rivoluzionaria rispetto alla psicoanalisi classica,<sup>25</sup> si trova quindi a in-

<sup>23</sup> A. Molino (a cura di), *Liberamente associati. Incontri psicoanalitici*, Astrolabio, Roma 1999, p.187.

<sup>24</sup> Coltart, *op. cit.*, p.110.

<sup>25</sup> Vedi *supra* nota 5.

*Il cuore saggio della psicoanalisi relazionale*

crociare il percorso delle intuizioni provenienti dagli “insegnamenti universali della psicologia buddhista”, definiti nel loro insieme da Jack Kornfield come il “cuore saggio” della tradizione spirituale a cui appartengono, ma che possono essere fruiti da chiunque, al di là di qualsiasi fede.<sup>26</sup> L’armoniosa coincidenza si ritrova in temi così numerosi, come quelli elencati sopra, che possiamo certamente asserire che la psicoanalisi relazionale contemporanea possiede un “cuore saggio”. Se poi assumiamo come coincidenza cruciale quella di attribuire alla nuda attenzione, alla *mindfulness*, il potere trasformativo determinante per distaccarci dalla sofferenza sostenuta dalle abitudini mentali maladattative, possiamo certamente considerare l’attitudine di *mindfulness* come il centro di tale “cuore saggio”.

<sup>26</sup> J. Kornfield, *Il cuore saggio. Una guida agli insegnamenti universali della psicologia buddhista*, Corbaccio, Milano, 2010 (*The Wise Heart*, Random House, New York, 2008).



*Unicità dei monoteismi, buddhismo,  
pluralità del sé*

ANTONIO VITOLO

La coscienza zen deve svilupparsi fino alla maturità. Quando è del tutto matura, irrompe con sicurezza in forma del *satori*, che è uno sguardo gettato nell'inconscio.<sup>1</sup>

Daisetz Teitaro Suzuki

Colui per il quale il tempo è come l'eternità  
E l'eternità come il tempo  
Costui è liberato da ogni lotta.<sup>2</sup>

Jakob Böhme

Il trapasso dalla contemplazione all'acquisto dei poteri fu esaminato con cura minuziosa nella trattatistica buddhista, come nel *Visuddhi Magga*. L'elenco degli otto poteri dello yoga si estende, i buddhisti indulgiano sull'orecchio e sull'occhio divini, capace quest'ultimo di discernere la tinta del sangue nel cuore degli esseri. Secondo il *Dīgha*

<sup>1</sup> C. G. Jung, Prefazione a D.T. Suzuki, *La grande liberazione. Introduzione al buddhismo zen* (1939), in *Opere*, vol. XI, Torino, Boringhieri, 1979, p. 559.

<sup>2</sup> J. B. Böhme, *Aurora nascente*, a cura di Cecilia Muratori, Milano, Mimesis edizioni, 2008, p. 151.

Antonio Vitolo

*Nikāya* il Buddha sapeva tramutarsi da singolo in moltitudine e viceversa, secondo un *jātaka* creava stoffe dal nulla forse con giochi di prestigio.

Da questa letteratura estrarrò un raccontino, che dovrebbe servire a imparare come i poteri scaturiscano subito dopo l'illuminazione.

Dei due fratelli Panthaka il più anziano divenne un illuminato in un monastero e volle recare aiuto al giovane, proponendogli di meditare su questi versi:

*Come l'odoroso loto  
dischiude col profumo la mattina,  
guarda risplendere le membra del Buddha  
come il sole acceso nel cielo.*

Inutilmente, il fratello rimase inerte e lo si dovette espellere dal monastero. Alla soglia rimase in pianto, quando passò il sommo Jivaka, il quale lo interrogò e apprese la sua storia. Col suo potere Jivaka creò uno straccio e disse di strofinarlo sempre ripetendo, nel farlo, 'rimozione dello sporco'. Il giovane ubbidì e dopo un certo tempo lo straccio risultò annerito. In quel momento gli venne in mente: 'Questo straccio è pulito, è la mia individualità che è un errore.' Di colpo, avendo appreso la prima verità buddhista, l'inesistenza dell'io, egli si sentì invaso di conoscenza.

Jivaka celebrò l'evento recitando una lunga salmodia in cui ripeté: sporco è un termine che si addice all'avidità, all'odio, all'inganno. A mano a mano che la salmodia si andò dipanando, di sempre nuove conoscenze s'imbeve il giovane.

A tal punto giunse, che l'indomani aveva il potere di moltiplicarsi. Jivaka ordinò allora a un monaco di toccare la veste a una delle repliche del giovane Panthaka, il quale così si riunì in una sola figura.

Ho narrato questa storiella buddhista perché nel 2030 gli strumenti e le tecniche che si vanno quotidianamente perfezionando, potranno forse assumere la funzione che ebbe il cencio creato da Jivaka.<sup>3</sup>

Elémire Zolla

Che un analista possa prender parola in una comunità di studiosi e altri clinici, aperti al riconoscimento della spiritualità e dell'Oriente, non è fatto che possa destare meraviglia.

Mi sembra, invece, degno di nota che ciò accada, entro la buona ospitalità offerta dall'Università degli studi di Napoli "L'Orientale", a partire da un presupposto fecondo: il franco con-

<sup>3</sup> Cf. E. Zolla, *Uscite dal mondo* Adelphi, Milano, 1992, pp. 46-47.

fronto tra un ramo del sapere e della cura che ha 110 anni di vita e il buddismo, che ci inoltra in un ritmo plurisecolare, senza, con ciò, sminuire, il fascino e la forza di un'attualità non effimera. La psicoanalisi e la psicologia analitica, discipline inaugurate al crocevia tra psichiatria dinamica e scienze umane da S. Freud e C. G. Jung, non sono, d'altra parte, frutti improvvisi, ma esiti di una lunga macerazione della *Tiefenpsychologie* (psicologia del profondo), entro la quale si attesta la presenza della spiritualità, dimensione che, a rigore, non coincide strettamente con le religioni, e attiene piuttosto all'ignoto, più che alla psiche inconscia, tra corpo e mente.

Muovo dall'esposizione dei contenuti indicati nella proposizione tematica della mia relazione. La specificità del monoteismo richiama 'a priori' una fondamentale condizione religiosa, alla quale nei secoli si affianca, in una prospettiva storico-culturale, una dimensione interattiva (ebraismo e cristianesimo, ebraismo, cristianesimo e islamismo, etc.). Ai cosiddetti grandi monoteismi spetta una spiccata qualificazione di unicità, che li caratterizza in direzione solida, persino fondamentalista, al punto che un Dio ritenuto vero esclude altro Dio, e spesso altri credenti in altro Dio, sino a dar morte terrena.

La tensione all'Uno pare dominare su altri aspetti, pur oggettivamente interessanti quali la scaturigine politeistica, le coordinate spazio-temporali. Aspetti su cui, nel '900, James George Frazer, R. Otto, E. Wind, A. Warburg, E. Panofsky, G. Tucci, R. Pettazzoni, Ch. Puech, G. Dumèzil, E. Buonaiuti, L. Massignon, H. Corbin, E. Bloch, E. Zolla, E. Benveniste hanno condotto rilevanti ricerche. A fronte di tale dimensione risalta una visione evolutiva delle religioni, che prospetta interessanti comparazioni e comporta un consistente spirito di tolleranza. Mi limito a richiamare uno studio recente di J. Lambert, *Le dieu distribué, une anthropologie comparée des monothéismes*,<sup>4</sup> che compendia degnamente le ricerche del Novecento ed è il corrispettivo del metodo

<sup>4</sup> J. Lambert, *Le dieu distribué, une anthropologie comparée des monothéismes*, Les Éditions du Cerf, Paris, 1995.

dominante in genetica delle popolazioni (Boncinelli) e in psicologia generale (Plotkin).

Una peculiare direzione evolutiva si configura, all'inizio del Novecento, con la scoperta freudiana della psicoanalisi, culminata, dopo l'euristico 'sogno di Irma', nella *Traumdeutung* del 1899, e con la fondazione junghiana della psicologia analitica, nel 1914, a due anni dalla pubblicazione dell'opera che sanciva il distacco teorico-clinico, *Symbole der Wandlungen*. L'identità ebraica di S. Freud (1856-1939), iscritto a 26 logge ebraiche, tra le quali dominante la B'nai B'rith; il carteggio con il pastore Pfister; l'attenzione freudiana alla 'successione delle vocali nelle parole primitive', alle stratificazioni evolutive del tempio di Artemide Efesia, e soprattutto, la trentennale stesura di *Mosè e il monoteismo*,<sup>5</sup> additano sufficientemente (come Gay, Yerushalmi, Cassirer Bernfeld, Chemouni, hanno provato) la sensibilità spirituale e religiosa di Freud, la cui conoscenza religiosa sembra essersi diramata in senso bipolare. Dopo la morte del padre poté leggere la Bibbia di Philippon, poté accedere alla '*Traumdeutung*', poté connettere l'emozione - attestata nella lettera a W. Fliess del 15 ottobre 1897 - per il mitologema edipico rappresentato da Sofocle nella trilogia tragica con una formulazione sul dinamismo generativo del pensiero onirico. Per tali vie Freud schiuse, sulla scia della psichiatria, il binomio desiderio-paura, *eros-thanatos*, entro la strutturazione della psicoanalisi. Un così grande intento esplorativo appare indisgiungibile dalla custodia di una sofferta spiritualità all'interno di un anelito positivisticò. E l'ipotesi di Mosè egizio è la prova maggiore dell'idea di alterità, quale fattore d'equilibrio tra identità e alienità.

Jung (1875-1961), figlio di un pastore protestante, psichiatra, assistente di Bleuler, all'esordio concentrò le indagini sui 'cosiddetti fenomeni occulti' - e sulla 'attività medianica' della parente Preiswerk -; delineò con spirito dialettico una metapsicologia umanistica che includeva la filosofia greca, Agostino di Ippona,

<sup>5</sup> S. Freud, *Der Mann Moses und die monotheistische Religion* (1937-39), tr. it. *L'uomo Mosè e la religione monoteistica: 3 saggi*, OSF, vol. XI, Torino, Bollati Boringhieri 2003.



Leibniz, Kant; poi, maturato l'avvicinamento e il distacco con Freud, visse una lunga crisi meditativa, culminata nei *Tipi psicologici*,<sup>6</sup> e approfondì il pensiero di Schopenhauer e Nietzsche. In seguito ebbe un ulteriore ripiegamento verso la conoscenza dell'Oriente, avendo ricevuto dal gesuita sinologo Richard Wilhelm *Das Geheimnis der goldenen Blüte*.<sup>7</sup> Già nel corso del 1927, tuttavia, Jung aveva 'fatto' un sogno ambientato a Liverpool, descritto in *Ricordi, sogni, riflessioni*.<sup>8</sup>

Quel sogno presentava verdeggianti forme rotonde, sotto la caligine: una sorta di giardino comunale. Al risveglio il tutto lo induceva a pensare al fegato, sorgente di vita, secondo un'antica credenza, e, soprattutto, alla pluralità fenomenica del sé, un tema che riprenderò nella parte finale del mio testo, limitandomi ora a sostenere che la concezione del sé per chi operi da analista è, oltre ogni parvenza, qualcosa di altamente soggettivo. Da ciò, nella tradizione occidentale, deriva un consistente rischio.

Basti qui sottolineare che il successivo ricevimento dell'inatteso dono fu da Jung connesso al sogno e potenziò l'interesse per l'Oriente, non certo inferiore all'interesse per l'Africa, come tenne a precisarmi, nel 1980, Ramon Panikkar, ma comunque imprescindibile per le articolazioni riguardanti i temi del divenire, dell'essere, del desiderio, del dolore, dell'illuminazione, del risveglio della coscienza.

Per Luigi Aurigemma la base kantiana convinceva Jung per un lato dell'impossibilità umana di valicare l'idea di un al di là della psiche, organo e pertanto limite, quasi 'prigione', rispetto all'altra realtà, l'inconoscibile sé. Le conferenze di Zofingia aprirono la via all'ipotesi di una psiche inconscia, espressa nel 1911-12, ripresa negli anni Venti, dopo la sistemazione della teoria delle funzioni e dei tipi. Si delineava, così, in Jung, oltre Freud, la formulazione di una libido monista, non incentrata nel solo desiderio, se mai espo-

<sup>6</sup> C. G. Jung, *Psychologische Typen* (1921) (tr. it. *Tipi psicologici*, Bollati Boringhieri, Torino, 1977).

<sup>7</sup> R. Wilhelm, *Das Geheimnis der goldenen Blüte* (1929) (tr. it. *Il segreto del fiore d'oro. Introduzione di C. G. Jung*, Bollati Boringhieri, Torino, 2001).

<sup>8</sup> C. G. Jung, *Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung* (1961) (tr. it. *Ricordi, Sogni, riflessioni*, Il Saggiatore, 1965).

nente della continuità e discontinuità del desiderio (vedi l'entropia o, ancor più, l'idea di desiderio in Lacan, per il quale esso sarebbe l'inversione del valore della mancanza in 'potenza della pura perdita'). Tale è l'antefatto del movimento di apertura alla spiritualità e alla religiosità, che, a fianco dell'apertura all'alchimia, alla chimica, alla fisica, costruisce nel sistema junghiano una metapsicologia capace di misurarsi con i monoteismi. Il simbolismo della Messa, il dogma della Trinità, il sacrificio 'volontario' e 'involontario' del Figlio costellano l'originalità dell'approccio di Jung alla storia evolutiva delle religioni monoteistiche, che fanno seguito al politeismo pagano, alveo del mito edipico (considerato da Jung, in chiave evolutiva, un mito, non il mito).

Padre e Madre (la seconda rimossa, sino al dogma dell'Assunzione, a compimento dell'eone di Cristo), Figlio votato al sacrificio, che si compie nella presenza simbolica del Cristo attorniato dalla duplicità del male, sono i punti nodali che Jung indaga nel focalizzare l'immaginazione degli alchimisti immersi nell' 'opus', tesi a macerare l'evoluzione di Cristo, pietra, simbolo - così come il carbonio - del sé. Disponendo nel tempo della psiche inconscia e conscia collettiva le configurazioni religiose, Jung assegna al simbolo di Cristo una durata non illimitata, iscritta in una successione evolutiva: alla religione del Padre succede la religione del Figlio; all'ebraismo il cristianesimo. Tale successione lineare investe, nella lente di Jung, anche il più giovane dei monoteismi, l'Islam, di cui Jung tratta nel saggio *Über Wiedergeburt*,<sup>9</sup> dedicato al cruciale tema del rinascere, attraverso il breve commento della diciottesima *sura* del Corano, detta della caverna, ove figurano Mosè e il suo servitore, in cammino verso la confluenza dei due mari. In questa *sura*, un pesce che Mosè aveva chiesto venisse cucinato per lui ritorna in mare o resuscita e sfugge al cuoco. Quel pesce, per Jung, simboleggia il Cristo. Per L. Massignon, peraltro, spicca un appello permanente a Elia, santo ebreo, e ai sette dormienti, martiri cristiani - un tòpos riapparso ne *Il cane di terracotta* di Andrea Camilleri.<sup>10</sup> In quella *sura*, l'unica letta pubblicamente

<sup>9</sup> C.G. Jung *Über Wiedergeburt* (1950) (trad. it. *Sul rinascere*, in *Opere*, vol. IX/I: *Gli Archetipi e l'inconscio collettivo*. Boringhieri, Torino, 1980).

<sup>10</sup> A. Camilleri, *Il cane di terracotta*, Sellerio, 1996.

ogni venerdì, ancor oggi, traspaiono la relativa continuità tra monoteismi, donde l'allusione al pesce Cristo e, soprattutto, al processo che Massignon descrive nel modo seguente: " ...l'anima non ottiene nulla, se non avanza vuota di ogni possesso e appoggio...il carisma profetico, soprattutto in Elia, non si limita allo svelamento sereno degli orizzonti futuri, ma fa letteralmente esplodere il presente, assialmente, in un flash."<sup>11</sup> Un simile enunciato concorre ad alimentare fiducia nel nesso esistente tra pluralità del sé e l'emergere di un'illuminazione, da comparare con la durata e la concatenazione.

Autorevole e originale seguace di Jung, l'ebreo Erich Neumann (Berlino 1905-Tel Aviv 1960) ha contribuito, dal 1940 alla morte, con *Ursprungsgeschichte des Bewusstseins*, *Die Grosse Mutter*, *Das Kind*,<sup>12</sup> a potenziare un simile quadro in spirito di apertura all'inseparabilità di Occidente e Oriente.

In Neumann assume piena evidenza l'istanza junghiana della sublimazione, intesa quale processo trasformativo, che, come nel passaggio chimico dallo stato solido a quello aeriforme, senza visibile transizione dello stato liquido, costituisce una formazione creativa, non puramente sostitutiva. In tale quadro la spiritualità e l'estetica coesistono con le neuroscienze e la sublimazione. E la creatività si edifica a partire dal luminoso e dal sacro, coniugando la potenza del pensiero con la preminenza dell'immagine.

I monoteismi e la pluralità del sé s'intrecciano, grazie alla sublimazione, indagata da Freud e Jung, oggi da F. Conrotto (psicoanalista al quale devo la mia presenza in questa sala quest'oggi), S. de Mijolla e da chi scrive, convergendo verso un punto nodale ove l'esperienza di ciò che non si conosce culmina nella relativizzazione dell'Io e del tempo.

Qual è il ruolo del buddhismo rispetto a tale concatenazione? Benché in forma molto rapida, sia detto da parte mia con chiarezza-

<sup>11</sup> L. Massignon, *Il soffio dell'Islam*, Medusa, Milano, 2008.

<sup>12</sup> E. Neumann, *Ursprungsgeschichte des Bewusstseins* (1949) (trad. it. *Storia delle origini della coscienza*, Astrolabio, Roma, 1998); *Die Grosse Mutter* (1956) (trad. it. *La Grande Madre*, Astrolabio, Roma, 1981); *Das Kind* (1963) (trad. it. *La personalità nascente del bambino. Strutture e Dinamiche*, Red Edizioni, Como, 1991).

za che, nonostante molti studiosi inclinino a cogliere in esso un teismo, il buddhismo attesta una differenza: l'unicità di Buddha è transeunte, in senso ontico.

Riprendo ora ad esplorare alcuni aspetti del pensiero di Jung, volti a una specifica riflessione sul buddhismo rammentando un dato storico: nel 1933 Jung costituì la Fondazione Eranos – affidandone la guida a Olga Fröbe Kapteyn – radicata nel tema del rapporto Oriente-Occidente sulla base della conoscenza comparata delle religioni, delle arti, delle scienze. Numerosi premi Nobel e insigni studiosi furono presenti ad Ascona all'annuale convegno estivo. Per tutti ricordo qui H. Zimmer e T. Izutsu, al quale ultimo si deve la ripresa del mistico medioevale Dogen. L'apertura di Jung al buddhismo ha una tonalità inconfondibile: non è un interesse teorico, è un percorso di vita, di esperienza. Un aspetto centrale della speculazione religiosa dell'India upanishadica come del buddhismo tibetano che ha profondamente influenzato Jung è l'ontologismo.

Scrivo al riguardo Aurigemma:

La scoperta più profonda e imperitura dell'India upanishadica, il carattere dichiaratamente coscienziale dell'essere; è questo carattere di coscienza attiva, viva, di puro sapere senza oggetto, che affascina Jung per la sua vicinanza a quel che la parola psiche ricopre per lui. Ne dà prova il Commento psicologico al *Libro tibetano della grande liberazione*,<sup>13</sup> il saggio da lui composto nel 1939 su invito dello studioso inglese Walter Y. Evans-Wentz, a illustrazione di un trattato attribuito al grande guru del buddhismo tantrico tibetano Padma Sambhava, vissuto nei primi decenni dell'VIII secolo della nostra era.<sup>14</sup>

Assumerò pertanto due temi tra i molti, per accostare il pensiero di Jung sul buddhismo e una prospettiva delle ricerche attuali: l'ontologizzazione della coscienza, da un lato, gli stati psichici e il

<sup>13</sup> C.G. Jung, *Commento psicologico al Libro tibetano della grande liberazione* (1954) in *Opere, Psicologia e religione*, vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino, 1979, pp. 491-524.

<sup>14</sup> L. Aurigemma, *Il risveglio della coscienza. Balbettii metafisici*, Bollati Boringhieri, Torino, 2008.

tempo presente (con un cenno a normalità e patologia psichica), dall'altro. E sottolinea che la nozione stessa di coscienza vale quale contiguità di psiche inconscia e psiche conscia, mentre la locuzione diadica 'tempo presente' deve esser commisurata con la presumibile atemporalità dello spirito, postulata ad esempio nel commento di Jung al *Libro Tibetano della Grande Liberazione*.

Scrive Jung:

Il sistema a otto raggi è già il paese di Amitābha! Vi crescono alberi meravigliosi, come si addice a un paradiso qual esso è. Un'importanza speciale tocca all'acqua del paese di Amitābha. Essa si trova, corrispondentemente all'ottagono in figura di otto laghi. La sorgente di quest'acqua è una gemma centrale, Cintāmaṇi, la perla del desiderio. I 'suoni' meravigliosi dell'acqua consistono in due coppie di contrari, che esprimono i dogmi fondamentali del buddhismo: 'sofferenza e non essere; transitorietà e negazione di se stesso'. La sorgente di quest'acqua, la perla incomparabile è il Tathāgata, Buddha stesso. Segue ora la ricostruzione immaginativa della figura del Buddha; e intraprendendola si conosce che Buddha non è propriamente altro che la psiche dello yogin attiva nella meditazione, la psiche del meditante stesso.<sup>15</sup>

Neumann, ne *La Grande Madre*, raccoglie il simbolismo architettonico del Barabudur, spirale ascensionale che va dai più bassi stadi del mondo all'invisibile Buddha, ma addita anche una tendenza antifemminile del buddhismo, ove la donna, generatrice di sempre nuova vita, sarebbe il principale ostacolo alla redenzione, strumento di sofferenza, che fa gemere il cerchio del mondo. Segnalo anche l'apprezzamento neumanniano per Kwan-yin, 'dea che ode il grido del mondo' e sacrifica il suo legame con Buddha per amore del mondo che soffre (una Grande Madre come Sofia amante). Spicca, tuttavia, il commento intessuto da Neumann sulle considerazioni di Zimmer intorno a Tārā, simbolo universale della nave, Tārā, 'signora dei battelli', capace di rasserenare il flusso acquatico, celebrata dai tori, salvatrice dei naufraghi; Tārā bianca, colei che nella mente dello yogi guida

<sup>15</sup> C. G. Jung, *Psicologia della meditazione orientale* (1943) in *Opere, Psicologia e religione*, vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino, 1979, p. 576.

nell'oscurità del pregiudizio e libera dall'irretimento nel *samsāra* da lei stessa causato come *Māyā*. È il "risveglio" stesso che fa divenire Buddha – *pāramitā* = passata all'altra sponda. Emblema di saggezza dell'illuminazione figura il libro su un loto, alle sue spalle. Le mani formano il cerchio della contemplazione interiore della vera dottrina (*dharmacakra-mudrā*). Da tale stato emergono come fiori di loto individui che si elevano dalla superficie dell'acqua e aprono i loro petali alla luce ininterrotta del cielo.

Vorrei ora trattare di un aspetto inerente sia al buddhismo, sia alla psicologia del profondo, la natura del pensiero. Il prezioso testo di Molino, che abbraccia tale tema con rigorosi contributi individuali in chiave storica può essere, a mio avviso, utilmente integrato con un saggio di Pjatigorskij, legato a Lotman, tradotto in Italia da Elémire Zolla: "La riontologizzazione del pensiero nel buddhismo",<sup>16</sup> e con il testo di Agamben, *La potenza del pensiero*.<sup>17</sup> Il sorgere del pensiero è connesso con una persona e un oggetto. Anzi esistono tre dati: pensiero, persona, oggetto. È il pensiero stesso che pensa, non la persona. Il sorgere del pensiero è un fatto. Dopo di ciò Pjatigorskij passa da un contesto ontologico e relazionale a uno fenomenico. Ogni mente è potenzialmente risvegliata. Il sorgere del pensiero (*bodhicittotpāda*) si può paragonare fenomenologicamente al 'sorgere del pensiero' (*cittotpāda*). La reale fenomenologia del pensiero inizia con l'atto di diventar cosciente di sé in qualcuno. Il luogo in cui avviene il risveglio del pensiero è una persona (*puruṣa*), ma il pensiero d'un individuo è impersonale. L'insorgere del pensiero si può astrarre dal tempo e dalla durata, è piuttosto un luogo, un concorso simultaneo del pensiero e della sua autocoscienza ove non c'è tempo.

Nei testi dei Nuovi Tantra del Tibet si è giunti a distinguere una mente da un secondo principio cosciente. La mente è soprannaturalmente dura, solida, immutabile come il *vajra*, esente da soggettività e oggettività. Tutte le funzioni naturali, corporee e mentali di uno yogin sono trasformabili nei loro correlati soprannaturali. Il principio cosciente individuale di un uomo può

<sup>16</sup> A. Pjatigorskij, "La riontologizzazione del pensiero nel buddhismo", *Conoscenza religiosa*, 4-1978, 1/2-1979, 1-1980.

<sup>17</sup> G. Agamben, *La potenza del pensiero*, Neri Pozza, Milano, 2010.

esser trasferito deliberatamente e consapevolmente da un corpo all'altro, da un luogo all'altro, da un tempo all'altro. Idea è capacità di fare una cosa invece che pensarla.

Esiste persino uno schema di sviluppo, corrispondente al trasferimento della totalità delle inclinazioni karmiche. Secondo la tradizione tibetana riportata da Pjatigorskij: 1) il Karmapa predice, in forma scritta-sigillata oppure orale ove sarà trasferito il suo principio cosciente; 2) compie il trasferimento; 3) il bambino che nasce viene riconosciuto come l'identico Karmapa – egli è la stessa struttura individuale di coscienza. Fenomenologicamente considerata, una tale struttura può portare a una interpretazione trinitaria come: 1) categoria semiontologica in rapporto a quella di Buddità; 2) un fatto o evento fisico in rapporto con la concezione del Corpo di Trasformazione come individuale; 3) ente mentale da meditare logicamente e da esaminare (esso rimane intoccato dall'attività logica, da qualsiasi atto, evento, fatto). Così si consolida la convinzione secondo cui la speciale reminiscenza consente a tutti di vedere in ciascun altro l'unico e l'identico nucleo cosciente, una continuità acronica di pensiero.

La riproduzione dettagliata di tratti essenziali del saggio di Pjatigorskij, nell'esemplare traduzione di E. Zolla, valga a fornire non solo una sintesi del nesso pensiero-risveglio, ma anche a introdurci nell'ambito delle scienze naturali e delle scienze umane, alle quali oggi la psicologia del profondo, la psicoanalisi e la psicologia analitica debbono profonda attenzione in un confronto rispettoso delle differenze e delle affinità.

I temi essenziali da cui muove una simile visione interdisciplinare, appaiono: gli stati psichici, in particolare quelli inerenti la mente neonatale e infantile l'emergere del tempo presente, secondo quanto ho accennato in precedenza.

Scriva l'autorevole genetista Edoardo Boncinelli ne *L'etica della vita* intorno alla vita embrionale nelle prime 2 settimane:

Quasi tutte le molecole delle quali abbiamo parlato fino adesso, ormoni o altre sostanze facenti la funzione di ormoni vengono riconosciute specificamente dai loro rispettivi recettori. Una cellula che sia priva di un determinato ormone resterà totalmente insensibile alla sua presenza, anche quando questo compaia in grande quantità.

Antonio Vitolo

Analogamente un gene che per attivarsi ha bisogno di una determinata proteina, non cederà alle 'insistenze' di nessun'altra: solo quella specifica proteina è in grado di attivarlo. Così un anticorpo riconoscerà e bloccherà soltanto il suo particolare antigene, lasciando assolutamente in pace ogni altra molecola, anche simile.<sup>18</sup>

Ciò può guidarci a immaginare e ponderare le molteplici facce del riconoscimento, che certamente implica gli studi su memoria ed emozioni.

Le preziose ricerche sul riconoscimento del volto nella fase primaria, di Meltzoff-Prinz e Baddeley, autori di esperienze fondamentali sull'imitazione neonatale e memoria inducono a constatare che entro 72 ore di vita il neonato ricambia il sorriso visto sulla bocca e sul volto della madre, che in quel tempo è per lui il mondo. Quel deposito fonda sensorialmente la memoria. Quali le funzioni implicate? Boncinelli ne *L'etica della vita* sostiene che la corteccia del lobo temporale dell'emi-sfero destro non è la sola sede di attivazione funzionale. Recentemente si è scoperta anche una via sottocorticale, cioè extra corteccia cerebrale. Passerebbe dalla retina ai follicoli superiori del mesencefalo e poi all'amigdala, depositaria, si sa, della memoria emotiva, positiva e negativa. Tale via, 'bassa', sarebbe più veloce, ma meno selettiva. Sin qui il versante organico, che deve essere sondato in accordo a un'ulteriore fonte, gli studi di Franco Fabbro sulla neuropsicologia dell'esperienza religiosa.<sup>19</sup>

Infine guardiamo alla vita vissuta, nei quali il bambino e l'adulto, il riconoscimento e il risveglio si dispongono come una carsica modalità del riaffiorare di un'identità che trascende l'Io. La testimonianza che affido all'attenzione di quanti ci hanno confortato oggi con la vigile presenza riguarda dense pagine de *Il monaco e il filosofo*, di Jean-François Revel e Mathieu Ricard.<sup>20</sup>

Osserviamo da un lato il padre, umanista di rango, dall'altro il figlio, scienziato e ricercatore formatosi con Jacques Monod, che lascia la biologia e la genetica per farsi monaco buddhista. Nel pre-

<sup>18</sup> E. Boncinelli, *L'etica della vita*, Rizzoli, Milano, 2008.

<sup>19</sup> F. Fabbro, *Neuropsicologia dell'esperienza religiosa* Astrolabio, Roma, 2010.

<sup>20</sup> J. F. Revel, M. Ricard, *Il monaco e il filosofo*, Neri Pozza, Milano, 1997.



sente testo scritto compendio alcuni passaggi di cui ho dato conto più dettagliatamente in sala al pubblico, sottolineando l'oscillazione paterna tra episteme e stupore e il pacato narrare responsivo del figlio, che rende evidente la paziente peregrinazione culminante nel presentificarsi del piccolo illuminato, che invero con spontanea memoria l'eredità senile dei simili. Una prima testimonianza:

J.F.: Ma che cosa s'intende quando si dice che un bambino di tre anni riconosce qualcuno ? ...che gli sorride ? che gli fa cenno con la mano ?

M.: Qualche volta chiama per nome qualcuno della cerchia del maestro scomparso.

J.F.: Senza aver mai sentito pronunciare quel nome ? Ma dai!

M.: Ti darò due esempi: prima di tutto quello di cui non sono stato testimone, ma che mi è stato raccontato da qualcuno a cui accordo fiducia: È la storia d'un grande saggio, morto nel 1903... Dudjom Lingpa...viveva nel nord del Tibet. Poco prima di morire, disse ai suoi discepoli di partire per il sud del Tibet...ai confini con l'India. Alla morte del maestro ... un centinaio di discepoli si misero in cammino...convinti che là avrebbero trovato l'incarnazione del saggio. Per quasi 5 anni cercarono inutilmente, poi, uno dopo l'altro, tornarono indietro...una quindicina di irriducibili continuò la ricerca. Un giorno arrivarono al limitare di un villaggio, dove giocava un gruppo di bambini: tra di loro ce ne era uno che aveva detto ai suoi genitori :

'Oggi arriveranno degli amici, bisogna preparar loro da mangiare'. I bambini si divertivano a saltare un muretto di pietra.

J.F.: Quanti anni aveva il bambino ?

M.: Cinque o sei anni ...Quando i monaci arrivarono lì vicino, il bambino in questione inciampò su un sasso e, sul punto di cadere, tese la mano al lama che gli era vicino, chiamandolo: "Yeshe, aiutami!" Quello era proprio il nome del lama, e il fatto lo turbò, ma sul momento non disse nulla. Poi i viaggiatori furono invitati a condividere il pasto della famiglia. Questo lama Yeshe portava al collo un reliquiario contenente una ciocca di capelli. Scorgendolo, il bambino esclamò: 'Sono i capelli che ti ho dato!'

Questo bambino divenne Dudjom Rimpoche, che morì nel 1987 e fu uno dei miei principali maestri spirituali. Adesso ecco la storia di cui sono stato personalmente testimone, quella dell'incarnazione di Khyentse Rimpoche, il maestro a fianco del quale ho vissuto per quindici anni.<sup>21</sup>

<sup>21</sup> *Ivi*, pp. 86-87.

Segue una descrizione incentrata sulla scoperta del bambino, identificato da un grande maestro settantaduenne, e sulla cerimonia sacra in una grotta del Nepal. Il tutto culmina nell'indicazione di una eminente qualità del bambino, che a due anni e mezzo chiama tanti solo in parte noti e infine addita, distinguendolo in un gruppo di butanesi giunti dopo un lungo cammino, un vecchio servitore del vecchio Khyentse Rimpoche.

Accanto alle pagine di Revel, in definitiva, si coagula, non solo la questione del pensiero e del rapporto tra unicità e pluralità del sé, ma anche la questione del tempo, per quanto concerne sia la transitorietà/transitività, sia la diade luce-pensiero.

Freud, che affermò il principio di posteriorità, la nozione di costruzione e teorizzò rimozione, repressione, censura, non postulò in forma spiccata un tempo della psiche inconscia. Jung, dopo gli esperimenti sul complesso a tonalità affettiva – un ritardo nella risposta comportava la diagnosi di complesso –, formulò due interessanti nozioni: l'arche-tipo, forma irrompente nella vita psichica cosciente, con o senza immagine visibile e la 'creatio continua', radicata nell'idea fondamentale – coerente con Darwin ed Einstein – di una categoria, un 'quaternio', ove confluivano spazio, tempo, causalità, acausalità, tra continuo e discontinuo. Tale categoria appare contigua all'illuminazione, al pari della categoria del 'tempo presente', su cui richiamo Tagliagambe, Boncinelli, Libet, Rizzolatti, Gallese.

Scriva il filosofo ed epistemologo Silvano Tagliagambe:

Se è corretta, come io ritengo, l'idea che la nostra ontologia sia basata sulle relazioni, e non sulle proprietà 'indipendenti' delle cose considerate come entità a sé stanti, e che dunque sia necessario cominciare a svincolarsi da un'impostazione guidata dalla rigida distinzione non solo di soggetto e oggetto, ma anche dalla dicotomia e dall'altrettanto rigida contrapposizione tra sé e l'altro, occorre sforzarsi di identificare il nucleo di questa ontologia, la base della costruzione continua della 'complessità di accoppiamento' tra i processi mentali cerebrali interni e gli stimoli esterni, per un verso, e tra ogni singolo soggetto individuale e il suo prossimo, per un altro verso.<sup>22</sup>

<sup>22</sup> S. Tagliagambe, "Il presente e l'ontologia delle relazioni", *Il Presente, ATQUE*, Rivista semestrale di materiali tra filosofia e psicoterapia, a cura di P.F. Pieri, Moretti e Vitali edizioni, Bergamo, 2008, p. 64.

Tagliagambe aveva preso le mosse dalla ricerca degli anni '80, di Rizzolatti e Gallese sull'area F5 della corteccia premotorio centrale del cervello della scimmia - 98% simile per geni all'uomo, che aveva rivelato cellule neuronali multimodali, in particolare classi bimodali, visivo motorie, connesse al manipolare, afferrare. La comprensione dell'azione altrui ancora non eseguita comporta riflessioni, oltre che sul riconoscimento e l'imitazione, sul presente e la coscienza.

Così al riguardo si esprime Boncinelli:

Invece che a un imbuto, si può (allora) assimilare la coscienza a una specie di 'clessidra'. Un complesso di eventi nervosi paralleli viene costretto per un breve istante a serializzarsi, per dar luogo a una presa di coscienza e all'eventuale progettazione d'una nuova azione; ...il momento della coscienza corrisponderebbe quindi più o meno alla strozzatura della clessidra. Prima, tutto è parallelo, dopo tutto ritorna parallelo. La contemplazione cosciente corrisponde al breve istante della serialità. Quanto è lungo questo 'istante'? La sua durata è compresa tra  $\frac{1}{4}$  di secondi e una ventina di secondi, ma per lo più s'aggira sui 2-5 secondi, in media 3 secondi. Un episodio di coscienza non dura più di 250-300 millisecondi: è il tempo necessario perché un qualsiasi stimolo giunga alla corteccia cerebrale e possa essere 'interpretato', non dura più. Perché la nostra memoria a breve termine dura non più di 20 secondi. Questo è il lasso di tempo di durata di sensazioni e pensieri affacciatisi. Poi si chiude lo spazio e se ne aprirà un altro. Buona parte della nostra vita è scandita da 3 secondi, il tempo d'un verso poetico o una frase musicale. È il presente dinamico. Forse proprio tali processi istituiscono il passato, inteso come collezione di eventi una volta presenti alla coscienza. L'atto di coscienza inizia per un suono o una parola che s'accendono improvvisi.<sup>23</sup>

Accanto a ciò occorre tener presente quanto segnala il neuroscienziato Marcus Raichle:

Le regioni cerebrali che mostrano un alto livello di attività quando la nostra mente vaga oziosamente potrebbero rivelarsi essenziali per comprendere la coscienza e alcuni disturbi neurologici.

<sup>23</sup> E. Boncinelli, *Mi ritorno in mente*, Longanesi, Milano, 2009, pp. 190-192.

Antonio Vitolo

Dalle neuroimmagini un cervello contemplativo (Default Mode Network) prepara creativamente i sensi al futuro. Aree cerebrali distanti tra loro intrecciano un fitto dialogo tra loro, consumando il 20% d'energia in più che in stato d'attività.<sup>24</sup>

Sin qui giunge una doverosa rassegna tesa a mostrare le radici organiche della mente. Ciò non esaurisce, tuttavia, né la specificità della psicologia del profondo, né l'interazione tra essa e il buddhismo.

Ho tentato, a partire dall'ipotesi della pluralità del sé, di riprendere l'antico tema dell'agnizione dalla prospettiva della cultura orientale e della cultura occidentale, additando le differenze e le affinità che fondano la contiguità del campo umanistico e di quello scientifico, sulla soglia della spiritualità, di cui il buddhismo costituisce un aspetto antichissimo che appare intramontabile.

Psicoanalisi e psicologia analitica, d'altra parte, sono e restano cure del silenzio, dell'ascolto e della parola, basate sulla centralità dell'immagine, in particolare onirica (*'Sach und Wortvorstellung'* = rappresentazione di cosa, rappresentazione di parola), lemmi composti, di ascendenza schopenhaueriana, in Freud e *'das Bild'* immagine in Jung, autore, peraltro, intensamente ispirato da Schopenhauer. In esse l'interpretazione assume un ruolo fondante: lungi dall'essere una spiegazione, riguarda il primato del significante, assunto basilare dello strutturalismo, attinge il più alto livello nel funzionare come istanza trasformativa (ricordo il concetto di 'interpretazione mutativa' di J. Strachey). Nella visione di Jung, inoltre, essa è una coincidenza pressoché spontanea nel lavoro di comune ricerca del senso, un evento di tipo sincronistico, un 'principio di nessi acausali'.

Ribadisco così la preminenza dello statuto simbolico ('la funzione trascendente' in Jung), che procede in analisi attraverso la sospensione dell'esistenza in quanto tale.

Come per i monoteismi, sospesi sulla soglia del buddhismo inteso come quarto ineludibile che permea e trascende cristianesimo, ebraismo e islamismo, così per il buddhismo, in definitiva, il

<sup>24</sup> M. Raichle, "L'attività del cervello a riposo", *Le Scienze*, maggio 2010, 501, p. 54.

*Unicità dei monoteismi, buddismo, pluralità del sé*

principio supremo si configura come un sapere-non sapere, che Elémire Zolla, compendiò nei versi di Robert Browning: “Sapere/ consiste piuttosto nell’aprire una strada/ da cui lo splendore imprigionato possa scappare,/ che nel fare entrare una luce/ la quale si suppone esterna ”.<sup>25</sup>

Ciò può animare profondamente noi, tesi a contemplare in levità di pensiero, da Palazzo Du Mesnil, il mare di Napoli, città travagliata, che necessità di illuminazione, oggi, 10 maggio 2010.

<sup>25</sup> E. Zolla, *op. cit.*, p. 545.



## *Lo Zen, Lacan e l'io alieno\**

ANTHONY MOLINO

Jung comprese che il buddhismo tendeva ad adattarsi alle culture che incontrava. Il buddhismo non rappresenta una tradizione orientale in particolare: esso fu in grado di spostarsi, per esempio, dall'India alla Cina, dal Giappone al Sud-Est asiatico, e di modificarsi attraverso un processo di adattamento culturale. Perciò Jung cominciò a pensare che il buddhismo potesse entrare a far parte della psicologia del profondo [...].<sup>1</sup>

Polly Young-Eisendrath

### *Introduzione*

Nel corso degli anni, alcuni psicoanalisti hanno mostrato sempre più interesse verso il buddhismo Zen, intraprendendo un la-

\* Il presente saggio è tratto da *The Couch and the Tree: Dialogues in Psychoanalysis and Buddhism*, Open Gate Press, London, 2001 (a cura di Anthony Molino). L'autore ringrazia Jeffrey Rubin per la sua attenzione critica alla prima versione di questo saggio e la dott. Mara Matta per la sua traduzione in italiano.

<sup>1</sup> A. Molino (a cura di), *Elaborate Selves: Reflections and Reveries of Christopher Bollas, Polly Young-Eisendrath, Michael Eigen, Samuel and Evelyn Laeuchli, and Marie Coleman Nelson*, Harworth Press, Binghamton, NY, 1997, p. 214.

voro comparativo mirato soprattutto a integrare alcuni aspetti dello Zen con la loro teoria e pratica psicoanalitica. Tuttavia, quello che sembra mancare a queste ricerche è il tentativo di mettere a confronto i fondamenti teorici specifici dello Zen e della psicoterapia occidentale che riflettono e forniscono spiegazioni diverse della condizione umana. A mio avviso, un confronto approfondito tra i due sistemi potrebbe essere effettuato nel migliore dei modi analizzando i principi metafisici e meta-psicologici sui quali essi rispettivamente si fondano. Nel fare ciò, tuttavia, bisogna tenere presente, da un lato il fatto che l'attuale psicoanalisi è tutt'altro che omogenea, dall'altro che la tradizione Zen sfugge a qualsiasi tentativo di analisi intellettuale e concettuale. A tale scopo, vorrei concentrare la mia attenzione su due singolari figure che, per quanto non rappresentative della visione 'convenzionale' dello Zen o della psicoanalisi, rendono possibile quel tipo di fertile confronto al quale mi riferisco.

Nel campo della psicoanalisi, alcuni autori contemporanei hanno sottolineato, anche se solo *en passant*, una certa somiglianza – perlomeno di stile – tra Jacques Lacan e il carattere allusivo e beffardo del Maestro Zen.<sup>2</sup> Tuttavia, oltre a notare qualche divertente e facile analogia come quella tra la seduta breve di Lacan e il colpo del Maestro Zen sulla testa dell'ignaro discepolo, quasi nessun lavoro interdisciplinare di natura teorica è stato fatto per esplorare i legami tra il pensiero di Lacan e lo Zen.

Al contrario, un'eccezione degna di nota alla proverbiale avversione del buddhismo Zen nei confronti di ogni genere di teorizzazione sistematica è rappresentata dall'opera, pionieristica ma spesso trascurata, di Richard De Martino. Studente, collega, traduttore e interprete di luminari quali D.T. Suzuki e Shin'chi Hisamatsu, De Martino è una figura fondamentale per comprendere il modo in cui lo Zen si è trapiantato nel suolo americano du-

<sup>2</sup> Si veda in particolare S. Schneiderman, *Jacques Lacan: The Death of an Intellectual Hero*. Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1983, p. 81. Echi simili si trovano in M. Borch-Jacobsen, *Lacan. The Absolute Master*, Stanford University Press, Stanford, California, 1991; si veda anche il saggio di Stephen Kurtz, "La pratica della non-conoscenza", nel volume, a mia cura, *Psicoanalisi e buddismo*, Cortina, Milano, 2001.



rante il dopoguerra. Se, come hanno sostenuto Polly Young-Eisendrath e altri, uno dei punti di forza del buddhismo è la sua capacità di adattamento culturale, allora il tentativo di De Martino di teorizzare una visione Zen della condizione umana può essere considerato come uno dei momenti essenziali della lenta assimilazione, da parte dell'Occidente, di questa filosofia esperienziale, un tempo considerata estranea ed esotica. Inoltre, nella storia del dialogo tra Oriente e Occidente, De Martino fu più che un semplice promotore strumentale, e i suoi sforzi contribuirono a far incontrare maestri Zen e teologi, filosofi e psicoanalisti. Se da un lato i suoi scritti riflettono una comprensione peculiare, idiosincratrice dello Zen, dall'altro essi contribuiscono a gettare luce su un clima intellettuale postbellico in cui la psicoanalisi e l'esistenzialismo divennero i veicoli occidentali privilegiati per entrare in contatto con la filosofia buddista, fino ad allora intesa come "altra" dalla cultura occidentale. E' questo l'aspetto dell'opera di De Martino che vorrei evidenziare. Mi sembra infatti che il suo modo di concepire l'alienazione come un'espressione trans-storica della natura umana sia fruttuosamente ripreso da Lacan nei suoi scritti – un esempio, quello di De Martino e Lacan, di una sincronicità transculturale.

## I

In breve, designiamo nell'io quel nucleo dato alla coscienza ma opaco alla riflessione, segnato da tutte le ambiguità che dalla compiacenza alla malafede strutturano nel soggetto umano il vissuto passionale; quell'io che, confessando la sua fatticità alla critica esistenziale, oppone la sua irriducibile inerzia di pretese e di misconoscimento alla problematica concreta della realizzazione del soggetto.<sup>3</sup>

Jacques Lacan

La posizione corretta del buddhismo Zen è che la causa fondamentale di tutti i problemi o di tutte le paure dell'uomo comune sta nel fatto che egli non è radicato stabilmente nel proprio essere, quale autentico io-soggetto. Secondo questo punto di vista, quindi, se l'uomo comune potesse veramente conoscere – o essere – se

<sup>3</sup> "L'aggressività in psicoanalisi", in J. Lacan, *Scritti*. 2 voll., Einaudi, Torino, 1974, vol. 1, p.103.

*Anthony Molino*

stesso, la radice di tutti i suoi problemi e ansie verrebbe immediatamente estirpata.<sup>4</sup>

Richard De Martino

Come si evince dalle due citazioni, la questione dell'alienazione ontologica-esistenziale o della "inautenticità" è centrale sia per Lacan sia per lo Zen. Per entrambi, l'individuo è scisso, o intrappolato nella morsa del dualismo tra soggetto e oggetto che struttura ogni cosa (Zen) o diviso – per via di processi di maturazione diversi per ogni specie – già alla radice della propria soggettività. In ogni caso viene postulata la rottura primordiale di uno stato "naturale" indifferenziato. Quello che colpisce, tuttavia, è trovare nell'opera di un pensatore come De Martino un riferimento a *una fase normativa di maturazione* durante la quale vengono istituite sia la realtà ontologica-esistenziale dell'io sia il suo conseguente dualismo:

... la norma della coscienza dell'io ... di solito appare per la prima volta tra i due e i cinque anni di età. ... Trascurando, per questa volta, ogni considerazione fenomenologica degli esordi e dello sviluppo di tale coscienza.<sup>5</sup>

A mio avviso Lacan ci fornisce questo stesso resoconto. Attraverso la sua concettualizzazione dello stadio dello specchio, infatti, possiamo individuare una solida base di confronto per due tra le più convincenti critiche esistenti alla roccaforte occidentale dell'io – entrambe le quali, inoltre, sono influenzate da un'essenziale, se non fondamentale, lettura delle tesi di Hegel sul rapporto Servo-Padrone e la genesi della soggettività.

## II

Definito da ciò che Richard De Martino chiama "la funzione strutturata della coscienza riflessiva", ovvero da "quella capacità

<sup>4</sup> De Martino, da una comunicazione del 1983 durante il corso "Zen e psicoterapia occidentale", alla Temple University di Philadelphia.

<sup>5</sup> R. De Martino, "La condizione umana e il buddhismo zen", in E. Fromm, D.T. Suzuki, R. De Martino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, New York, 1960, p. 151 (tr. it. *Psicoanalisi e buddhismo zen*. Astrolabio, Roma 1968).

della persona umana di essere consapevole o conscia della sua stessa consapevolezza o coscienza”,<sup>6</sup> l'io viene a costituirsi come un soggetto-conoscitore. Nel diventare cosciente del suo essere cosciente, l'io simultaneamente si pone quale *oggetto* del suo conoscere. Così costituito, l'io non può mai arrivare a riconoscersi come soggetto. Nelle parole di De Martino:

L'io come soggetto è legato per sempre a se stesso e al suo mondo come oggetto. [...] Capace di avere un oggetto soltanto perché è un soggetto, non può mai essere un soggetto fino a che continua a essere o ad avere un oggetto. [...] Diviso e dissociato nel suo stesso centro, è al di là del raggiungimento di se stesso, ostruito, rimosso e alienato da sé. Proprio nel possedere se stesso non possiede se stesso.<sup>7</sup>

Attenendosi a un modello di dialettica hegeliana, secondo il quale la soggettività - o quell' "io" che connota l'autocoscienza - è generata dall'incontro tra due "io", la lettura dello Zen che opera De Martino considera il mondo del Desiderio, tipicamente *umano* e in cui si svolge il gioco interdipendente di soggetto-(oggetto)-soggetto, come costitutivo dell'io del bambino. Una tale lettura, come ho sottolineato altrove, è degna di nota per la sua tendenza a situare il "peccato originale" dell'alienazione, se così si può dire, in una fase *normativa* della psicologia dello sviluppo. Questa visione dell'ingresso del bambino nella matrice dell'essere (e del non-essere) è sostanzialmente condivisa da Lacan: anche le sue idee sull'alienazione del soggetto scisso o decentrato si basano molto sulle fondamenta filosofiche gettate da Hegel e Kojeve. In realtà, per Lacan, una simile scissione rimane inerente alla formazione e alla funzione dell'io, poiché egli parla - usando un linguaggio simile a quello di De Martino - della "discordia primordiale" da cui emergiamo e della "deiscenza vitale ... costitutiva dell'uomo".<sup>8</sup>

<sup>6</sup> De Martino, da una comunicazione del 1983 durante il corso "Zen e psicoterapia occidentale", alla Temple University di Philadelphia.

<sup>7</sup> De Martino, *op. cit.*, p. 153.

<sup>8</sup> Si veda J. Lacan, "Lo stadio dello specchio come formatore della funzione dell'io", in Lacan, *op. cit.*, p. 90 e "L'aggressività in psicoanalisi", in Lacan, *op.*

### III

Nel 1936, basandosi sulle prove fornite dalla biologia animale, laddove l'immagine riflessa di un piccione femmina o di una locusta migratoria produceva, sullo sviluppo di un soggetto, gli stessi effetti prodotti da un incontro visivo dal vivo con un membro della propria specie, Lacan sviluppò la sua idea dello stadio dello specchio.<sup>9</sup> "Verificandosi" a un certo momento, tra i sei e i ventuno mesi di età, (sebbene *in realtà* il fatidico evento possa non verificarsi mai: da qui la qualità "mitica" della nozione), lo stadio dello specchio presuppone che il soggetto riconosca la propria immagine corporea, percepita come un'unità totale, negli occhi della madre. Come spiegherò in maggiore dettaglio più avanti, quest'identificazione primaria del proprio "io", oltre a fungere da calco per tutte le identificazioni successive, anticipa il processo di maturazione corporea nell'apprendimento di una Gestalt esteriore.<sup>10</sup> Questa anticipazione, a sua volta, da parte di un essere "in Discordia", concretizza l'"io" nella sua forma primordiale – sulla falsariga di ciò che Michael Guy Thompson, nel suo libro *The Death of Desire*, chiama una "identità errata". Infatti la percezione di un'immagine del sé "intera", in violento contrasto con una supposta esperienza reale di frammentazione interna, conduce il bambino alla formazione ambivalente di un'identità del sé dove i confini tra realtà esteriore e interiore, corporea e percettiva sono totalmente sfumati. Come Thompson spiega in un capitolo intitolato "Idolatria dell'io" (*corsivi miei*):

*cit.*, p. 110. La somiglianza di linguaggio è notevole: dove Lacan parla di *deiscenza*, De Martino nei suoi scritti usa la parola *spaccatura*.

<sup>9</sup> Lo scritto di Lacan sullo stadio dello specchio, benché pubblicato nel 1949, venne prefigurato nel 1936, in un intervento al XIV Congresso dell'Associazione psicoanalitica internazionale a Marienbad. Mentre il francese *stade*, o stadio, enfatizza la nozione di spettacolo, come pure di arena (riprendendo il termine hegeliano della "lotta per la morte" tra Padrone e Servo), la traduzione inglese, con la sua allusione teatrale, mostra a sua volta l'alienazione e gli "inganni" che il palco (*stage*) favorisce.

<sup>10</sup> Lacan cita l'insufficienza organica ("prematurospecifica", o fetalizzazione parziale) del bambino in questo stadio di sviluppo. Si veda "Lo stadio dello specchio come formatore della funzione dell'io", in Lacan, *op. cit.*, vol. 1, p. 91.

*Lo Zen, Lacan e l'io alieno*

Deliziato dall'amorevole scoperta della sua propria immagine (allo specchio), il bambino vive anche il desiderio di distruggere quel sé (formatosi in "cattiva fede") poiché esso indica il suo caos interiore. ... Il paradosso di questo incontro con la propria immagine è che il bambino finisce per essere iniziato all'incessante ricerca del riconoscimento del proprio desiderio attraverso un meccanismo per cui *tale riconoscimento non deriva, in prima istanza, da parte di un altro soggetto*.<sup>11</sup>

Come si può evincere, ciò che si teorizza è un'alienazione, una scissione o estraniamento dell'io dal suo "soggetto", la cui assoluta qualità dell'"essere" permea per sempre il Reale elusivo dell'inconscio lacaniano. Ancora una volta questa scissione avviene in virtù dell'interiorizzazione, da parte del bambino, dell'immagine unificata riflessa dallo specchio, che si presuppone in conflitto con l'esperienza reale della frammentazione (interiore) del bambino. Quindi, secondo Lacan, veniamo così iniziati al regno tirannico dell'Immaginario, fatto di immagini congelate del sé, immagini costituite e strutturate dal desiderio di un Altro alieno ed estraneo. È, questa, "la scena di un disperato e illusorio tentativo di essere e restare 'ciò che si è,' raccogliendo di continuo un numero infinito di rappresentazioni di un sé sempre uguale e somigliante a sé stesso".<sup>12</sup> Una simile tirannia, già prefigurata dall'Hegel di Kojève nella resa del desiderio del Servo al Padrone, è anche sorprendentemente echeggiata da De Martino quando scrive:

L'io, tuttavia, costretto dalla sua contraddizione interna a cercare la propria completezza, è tratto in questo inganno proprio da quella stessa contraddizione. Disponibile a se stesso – perfino quando contempla la sua stessa soggettività – solo in termini di un oggetto che è calco di se stesso, l'io giunge naturalmente a confondere l'essere realizzato con "l'essere qualcosa".

O, per continuare:

<sup>11</sup> M. G. Thompson, *The Death of Desire*, New York University Press, New York, 1985, p. 21.

<sup>12</sup> M. Bowie, *Lacan*. Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1991, p. 92.

*Anthony Molino*

Mentre dipende dalla proiezione della sua stessa immagine-oggetto per stabilire se stesso ..., l'io sarebbe portato a considerare quella sola impressione, limitata e finita, come la totalità del proprio sé: la sua base, la sua fonte, e il suo significato ultimo, dal quale deve essere sostenuto (e) realizzato. ... Identificandosi virtualmente con i [suoi] contenuti, l'io si concentra esclusivamente su di essi e sul concetto di sé che essi costituiscono.<sup>13</sup>

Ciò che lascia perplessi è il fatto che De Martino, che non era né uno psicoanalista né uno psicologo dello sviluppo, abbia trascurato una descrizione fenomenologica dell'origine e dello sviluppo della auto-coscienza dell'io. Forse ciò è spiegabile in parte con il fatto che il suo pubblico, durante la famosa conferenza di Cuernavaca del 1957 sul buddhismo Zen e la psicoanalisi (da cui deriva il volume dallo stesso titolo, scritto da De Martino insieme a Erich Fromm e D.T. Suzuki), fosse costituito principalmente da psichiatri e psicoanalisti. Inoltre, poiché quelli erano gli anni d'oro della psicologia dell'io, perlomeno negli Stati Uniti, è plausibile pensare che una simile descrizione – specialmente se presentata da uno che non era uno specialista del settore – avrebbe irritato più di una persona all'interno di un ambiente come quello della psicoanalisi, noto per il suo conservatorismo. Inoltre, tenuto conto della allora limitata familiarità di De Martino con la psicoanalisi, non è sicuro che egli conoscesse l'opera di Lacan – la quale era ancora ben lontana dall'essere stata pubblicata in inglese. Ma sia che De Martino pensasse che il suo pubblico avesse una visione monolitica del sorgere dell'auto-coscienza dell'io (la quale cosa corrisponde pressappoco alla sua stessa visione) o sia che la questione non fosse davvero centrale per il suo argomento, resta il fatto che una lettura dello stadio dello specchio di Lacan colma il vuoto presente nella teorizzazione Zen delle cause che sono alla base dell'ingannevole ricerca dell'essere da parte dell'uomo. E tuttavia, nonostante le inconfutabili somiglianze che legano Lacan a un sostenitore dello Zen quale De Martino, nell'opera di Lacan è presente una più profonda, radicale revisione della loro comune eredità hegeliana sulla quale la teoria dello psicoanalista

<sup>13</sup> De Martino, *op. cit.*, pp. 155-156.

francese si basa o ristagna. Ed è proprio questa revisione, racchiusa nella lettura che Lacan dà dello stadio dello specchio, che allo stesso tempo sfida in modo radicale la visione Zen della formazione dell'io e, di conseguenza, della nostra condizione umana.

#### IV

Per gli scopi immediati di questo studio, la visione Zen della separazione tra soggetto e oggetto, inerente al sorgere della coscienza riflessiva, ha un singolare corollario di diretta ed eccezionale importanza:

Nel distinguere in modo dualista se stesso da ciò che non è se stesso, l'uomo comune "individua" se stesso e diventa, di conseguenza, un individuo. Egli è unicamente e individualmente se stesso, e – nella sua autocoscienza discriminante – non è mai ciò che non sia se stesso.<sup>14</sup>

Qui viene illustrata quella che De Martino chiama violenta spaccatura primaria (*primary diremption*), la quale è alla base del modo alienato di essere-al-mondo dell'io, e la cui ricostituzione nel raggiungimento del *satori* (illuminazione) costituisce il nucleo dell'idealismo filosofico dello Zen. Dal punto di vista dello Zen, il sorgere della coscienza riflessiva dà forma, in sé e per sé, sia al sé sia all'altro. Come se entrambi, persino nella loro interdipendenza, si materializzassero simultaneamente come separati e distinti. In un certo senso ciò corrisponde alla dialettica hegeliana, dove "parlare dell'origine dell'autocoscienza è necessariamente parlare dell'autonomia e della dipendenza dell'autocoscienza".<sup>15</sup> Una tale posizione presuppone la necessità dell'altro, persino nell'antagonismo del suo desiderio autonomo. Secondo lo Zen, la "dualità", se così si può chiamare, è propria della coscienza umana; per quel che riguarda tutte le intenzioni e gli scopi, non c'è alcuna realtà umana che non sia una realtà sociale,

<sup>14</sup> R. De Martino, "The Zen understanding of the fundamental problem of the ordinary man." Articolo inedito tratto dal secondo capitolo della dissertazione di dottorato, *The Zen Understanding of Man*, Temple University, Philadelphia, 1969, p. 142.

<sup>15</sup> A. Kojève *Introduzione alla lettura di Hegel*, Adelphi, Milano, 1996.

non esiste alcuno stadio preliminare di sviluppo precedente al sorgere della coscienza riflessiva che distingua l'essere umano come umano. Su questo punto De Martino è piuttosto categorico: "L'uomo non nasce semplicemente in un'esistenza umana. Il neonato non è ancora umano [...]".<sup>16</sup>

Possiamo quindi considerare ciò che Lacan introduce con lo stadio dello specchio come uno stadio intermedio di sviluppo (tra gli stadi di indifferenziazione e coscienza riflessiva) che ci consente di intuire qualcosa della preistoria dell'io, fissandone l'alienazione *sub specie aeternitatis*. Collocato fin dal principio "in una direzione fittizia", l'io inautentico di Lacan è, come suggerito, il prodotto del primordiale incontro del bambino con un'ingannevole immagine di sé allo specchio. Questo incontro costituisce dunque il prototipo di una successiva serie di identificazioni illusorie (*méconnaissances*) con altri membri della comunità umana, laddove un insieme alieno e alienante di immagini esterne viene interiorizzato per formare un senso del sé falso e distorto. Essendo quindi sempre intenti ad afferrare e fonderci con l'immagine aliena, con l'Altro riflesso e le sue molteplici rappresentazioni come oggetti, ci imbarchiamo in un'interminabile ricerca di unità e unicità, pedine nel gioco di un Desiderio insaziabile.

Di conseguenza, sebbene lo stadio dello specchio di Lacan dia inizialmente l'impressione di fissare la visione Zen del sorgere dell'io, così come la nostra inerente "rottura", in una fase distinta di psicologia dello sviluppo, in realtà il quadro non è così semplice. Forse sarebbe più accurato dire che l'idea dello stadio dello specchio completa e arricchisce la visione Zen. E tuttavia De Martino, come anticipando o riferendosi indirettamente alla posizione di Lacan, si pronuncia esplicitamente contro il ruolo dello specchio nella formazione dell'io quando scrive: "Ciò che è necessario per l'emergere iniziale dell'io è il contatto con un altro vero sé, e non semplicemente uno specchio."<sup>17</sup> Quello che ne conse-

<sup>16</sup> De Martino, "La condizione umana e il buddhismo zen", cit., p. 151.

<sup>17</sup> Corsivi miei. Si veda la nota 55 a De Martino R., "The Zen understanding of the initial nature of man." Articolo inedito tratto dal primo capitolo della dissertazione di dottorato, *The Zen Understanding of Man*, Temple University, Philadelphia, 1969.



gue, come vorrei dimostrare, è anche il fatto che lo Zen e Lacan divergono sulla questione della propensione umana all'aggressività che deriva dalla nostra divisione interiore. Per Lacan, come abbiamo visto, è la formazione dell'io nella fase dello specchio che rende un bambino consapevole di se stesso e della discordia che devasta il suo essere. L'aggressività, quindi, per Lacan, è originariamente auto-generata e auto-diretta;<sup>18</sup> non è, come sosterebbero lo Zen o Hegel, il risultato dell'incontro alienato e oggettivante tra due io che si presuppone siano separati e distinti. Fondamentalmente, laddove lo Zen richiede la presenza di un Altro che esiste di fatto, Lacan vede le origini dell'Altro nei primi germi del narcisismo.

In sintesi, dall'iniziale "misconoscimento" della propria immagine nello specchio di Lacan, seguono una serie di identificazioni secondarie che chiaramente mettono in discussione l'idea di De Martino sull'unicità e l'auto-identità dell'io. Quando Lacan esplicitamente dichiara che "In fin dei conti, tutte le varie formule (di *auto-identità/ identificazione*) vanno comprese tenendo presente la verità dell' 'Io' come un altro",<sup>19</sup> non c'è spazio per quell'unità fra sé e soggetto che lo Zen teorizza e di fatto propone. In effetti, dunque, la "verità" di Lacan è la posizione Zen del tutto capovolta.

## V

"Ho visto con i miei occhi e ho ben conosciuto un bambino piccolo in preda alla gelosia. Non parlava ancora, e già contemplava, pallido e con sguardo torvo, il fratello di latte."<sup>20</sup> Citando Sant'Agostino, Lacan suggerisce che l'aggressività che denota lo sguardo avvelenato del bambino nella fase preverbale è di fatto un ulteriore sviluppo di quella discordia interiore a cui abbiamo fatto riferimento prima. Lacan, nel suo saggio "L'aggressività in psicoanalisi", studia a fondo il lavoro di Melanie Klein e discute il fenomeno della transitività nel modo in cui è riferibile alla concrezione dell'io nella vita del bambino. Quest'ultimo viene osservato mentre è impegnato in una serie di identificazioni (soprat-

<sup>18</sup> Si veda il saggio "L'aggressività in psicoanalisi" in Lacan, *op. cit.*

<sup>19</sup> Lacan, cit. in Thompson, *op. cit.*, p. 27.

<sup>20</sup> "L'aggressività in psicoanalisi", in Lacan, *op. cit.*, pp. 108-9.

tutto con i suoi coetanei), le quali sono tutte considerate come derivanti dall'identificazione primaria con l'immagine allo specchio. Questa fase è connotata da comportamenti che vedono, per esempio, il bambino colpire un altro bambino e dire che è stato lui a essere stato colpito; o scoppiare a piangere nel vedere un altro bambino che si fa male (come se lui stesso si fosse ferito). In uno dei suoi caratteristici e fantasiosi giri di parole, Lacan descrive il fenomeno nel modo seguente:

È in una identificazione all'altro che il bambino vive tutta la gamma delle reazioni di prestanza e di parata, di cui le sue condotte rivelano in modo evidente l'ambivalenza strutturale, schiavo identificato al despota, attore allo spettatore, sedotto al seduttore.<sup>21</sup>

Tali identificazioni compongono e fortificano il senso del sé del bambino, portandolo a osservare e trovare sostegno alla sua identità nell'ambiente circostante. Ma, come sostiene Thompson, questo intricato puzzle di immagini che comprendono l'io non riesce in alcun modo a dissipare l'aggressività e la competitività dirette dal bambino verso se stesso: "Man mano che si sforza di 'diventare' l'io che pensa di essere, e che trova supporto nella conferma collusiva di altre importanti figure *che ne fissano la personalità*, il bambino vive all'ombra di un minaccioso e perpetuo fallimento di essere autenticamente se stesso".<sup>22</sup> Questi due "momenti" – del dirigere l'aggressività contro se stessi e del fissare la personalità – vengono quindi considerati come causa fondamentale del senso di colpa e del masochismo postulati dalla Klein; tuttavia, essi vengono in aggiunta utilizzati da Lacan come

<sup>21</sup> Lacan, *op. cit.*, p. 107.

<sup>22</sup> Thompson, *op. cit.*, p. 23. I dati psicoanalitici confermano i due momenti dell'aggressività autodiretta e della fissazione della personalità descritti da Lacan negli articoli citati. Egli si riferisce in primo luogo ai fantasmi del *corps morcelé*, in cui il corpo del sognatore appare frammentato o smembrato (immagini "codificate", per così dire, dai dipinti di H. Bosch) e i sogni che presentano uno stadio o un'arena come scenario (simbolizzando sia la recinzione o fortificazione dell'io che il terreno di battaglia in cui il conflitto corporeo con l'immagine devasta il bambino).

base per la sua quarta tesi sull'aggressività, esposta nel suddetto saggio e così articolata:

L'aggressività è la tendenza correlativa a un modo di identificazione che chiamiamo narcisistico e che determina la struttura formale dell'io dell'uomo e del registro di entità caratteristico del suo mondo.<sup>23</sup>

Questa tesi, a sua volta, fa luce su una delle maggiori distinzioni tra lo Zen e le riformulazioni lacaniane della dialettica hegeliana. Laddove De Martino parla dell'incontro intersoggettivo come caratterizzato da “un obbligo esistenziale costitutivo dell'essere ‘umano’ di essere, letteralmente, *umano*”<sup>24</sup> (dove il non esserlo significa “degradare o violare l'integrità della soggettività di per sé” – ovvero, quella di tutti gli esseri umani), Lacan controbatte prendendo una posizione che è molto meno radicata nella tradizione che in Occidente potremmo definire dell'umanesimo classico. Per Lacan, l'aggressività inerente nel rapporto fondamentale dell'io con le altre persone è indicativa della tensione intrapsichica che intuiamo nell'avvertimento dell'asceta: vale a dire, colpire il tuo nemico è colpire te stesso. Ciononostante, entrambe le posizioni rivelano lo stesso “problema” di fondo: quello dell'io, scisso alla propria radice, costretto a “realizzare” se stesso in ciò che Lacan chiama l'Altro, o in ciò che lo Zen proclama come l'essenza dell'illuminazione – nella “non-dualità dei due”, la dualità non-dualistica di ciò che, nel concetto della natura iniziale dell'uomo di De Martino, è strutturato come una relazione, alienata e alienante, tra soggetto e oggetto. Come esclama De Martino nel suo pionieristico saggio “La condizione umana e il buddhismo Zen”: “Il punto finale ed essenziale non è che l'Io ha un problema, ma che l'Io è il problema.”<sup>25</sup>

<sup>23</sup> “L'aggressività in psicoanalisi”, in Lacan, *op. cit.*, p. 104.

<sup>24</sup> De Martino *op. cit.*, p. 48.

<sup>25</sup> Per evidenziare la lettura idiosincratica dello Zen compiuta da De Martino (come pure l'utilizzo che qui ne faccio come base per un confronto con Lacan), Jeffrey Rubin ha affermato in una comunicazione personale: “L'assunto che qui viene fatto – non dimostrato – è che la dualità sia sempre conflittuale. Viene privilegiato segretamente il paradigma dell'unità, che però ha il suo

Anthony Molino

Ma le posizioni si differenziano nuovamente sulla possibilità di un tale raggiungimento dell'illuminazione, o della realizzazione dell'unità. Per lo Zen questa possibilità è fuori di ogni dubbio. Per Lacan, discepolo ed esegeta del primo Freud, del Freud di *Al di là del principio di piacere*, sebbene siamo spinti a cercare una tale realizzazione, essa resta comunque qualcosa che non otterremo mai. Mai. Intrappolati nell'esilarante, tragica e infinita danza del desiderio e del godimento (*jouissance*), daremo per sempre la caccia ai nostri *petit objets*, ai piccoli-oggetti-altri di Lacan che ci sedurranno lungo tutto il discontinuo paesaggio umano che termina, inevitabilmente, nella morte. Perennemente in fuga, questi oggetti sono di per sé attraenti, ingannevoli incarnazioni (e come tali destinati essi stessi a una fine mortale che tocca a tutta la "carne") di un'inclinazione universale degli oggetti del desiderio verso il decadimento, anche laddove costituiscono e definiscono la nostra *jouissance*. O, come mi scrisse una volta Ellie Ragland-Sullivan commentando la filosofia di Lacan:

[...] non c'è nessuna unità, ma soltanto la sua ricerca. E questa ricerca è destinata a fallire, perfino quando sembra che sia sulla via del successo. Se la nostra sola unità è, come sosteneva l'ultimo Lacan, nella nostra "jouissance" – che ci fa male per via della sua sintomatica fissità e rigidità – allora non potremmo mai essere unificati, né dall'interno né dall'esterno.<sup>26</sup>

## VI

Senza considerare le più specifiche articolazioni dell' "ansia da separazione" nella teoria psicoanalitica generale e la "mancanza di oggetto" in Klein e Lacan, la psicoanalisi – a cominciare da Freud – ci fornisce tutta una serie di spiegazioni materialistiche

punto cieco. Ritenerne che la dualità sia sempre conflittuale è una visione implicitamente alienata e alienante della vita umana". Si veda il contributo di Rubin "I vestiti nuovi dell'imperatore" nel volume, a mia cura, *Psicoanalisi e buddismo*, dove l'autore approfondisce questa sua intuizione. Si veda anche J. Kramer, D. Alstad, *The Guru Papers: Masks of Authoritarian Power*, North Atlantic Books/Frog Ltd., Berkeley, CA, 1993.

<sup>26</sup> Lettera privata, in data 1 settembre 1991. Ellie Ragland-Sullivan è una delle più note studiose americane di Lacan.

della condizione umana, basate sull'opposizione binaria di presenza e assenza.<sup>27</sup> Questa opposizione, tuttavia, estesa e contestualizzata all'interno di un discorso sul Desiderio, ci offre una versione alternativa della rottura originaria postulata dallo Zen e del risultante dualismo autenticità/alienazione del sé. Per Lacan, il motore primario dei nostri ostinati tentativi di ricostituire quell'unità è proprio il Desiderio, quello che "trasforma l'Essere ... in un 'oggetto' rivelato a un 'soggetto' da parte di un soggetto diverso dall'oggetto e opposto a esso."<sup>28</sup> Ne consegue, come già intuisce la dialettica hegeliana, che l'incessante desiderio del soggetto di essere riconosciuto dal desiderio di un altro soggetto è ciò che genera la "realtà umana" dell'auto-coscienza (o della coscienza di sé). Ma nella cornice lacaniana, dove il soggetto (assoluto) è "una contraddizione in termini, un'entità a/soggettiva" – o, nelle parole di Thompson, "assolutamente *nessuna cosa*, a meno che non venga compreso come una serie di mutazioni e sconvolgimenti dialettici che puntellano il desiderio in una continua, intenzionale struttura di trascendenza e temporalità"<sup>29</sup> – la ricerca dell'unità è, in fin dei conti, nient'altro che la ricerca di un'immagine: dell'illusoria e alienata immagine dell'«Io» riflesso nell'occhio dell'Altro. A differenza dello Zen, in Lacan non c'è nessun "vero sé" che debba essere riguadagnato, nessuna relazione primava tra il sé e il mondo che ci possa riportare all'Eden e alla realizzazione del Desiderio. O come un altro francese, Albert Camus, sapeva bene, non ci può essere nessuna risoluzione finale al "profondo, misterioso [e] ancestrale bisogno [di unità] che da solo abolisce le fin troppo reali dualità e antinomie con cui dobbiamo misurarci".<sup>30</sup>

<sup>27</sup> Per una discussione dettagliata relativa all'ansia da separazione negli allievi e nei maestri Zen, si veda V. Krynicki, "The double orientation of the ego in the practice of Zen", in *Am. J. Psychoanal.*, 40, 3, 1980. Per un'analisi della "mancanza d'oggetto" di Lacan, sviluppata a partire dalla sua lettura del *Fort-Da* freudiano di *Al di là del principio di piacere*, si veda A. Wilden, *The Language of the Self*. Johns Hopkins University Press, Baltimore, 1968, pp. 188-192.

<sup>28</sup> Kojeve, *op. cit.*

<sup>29</sup> Thompson, *op. cit.*, p. 27.

<sup>30</sup> Questa osservazione è tratta dall'introduzione di Paul Viallaneix a A. Camus. *Youthful Writings*, Vintage Books, New York, 1977 (Tr. ingl.).

Infine, tutti possiamo intuire quello che Anthony Wilden intendeva dire quando, nel suo commento al “Discorso di Roma” di Lacan, scrisse: “Il più profondo desiderio del soggetto è quello di essere di nuovo ‘Uno’”.<sup>31</sup> Freud comprese qualcosa di simile quando si trovò a dibattere sull’effimero “sentimento oceanico” di Romain Rolland, citato all’inizio de *Il disagio della civiltà*. In ogni caso, l’insoddisfazione umana è tale che il nostro “io” è alienato sia che ci troviamo distesi sul lettino dell’analista a Parigi o a New York, sia che ci troviamo prostrati ai piedi di un maestro in un tempio di Kyoto. Ma nonostante tutte le similarità, le due visioni del mondo della psicoanalisi e del buddhismo Zen rimangono fondamentalmente in disaccordo. Da un lato, come espresso da Lacan, la psicoanalisi tenderebbe a considerare lo Zen come un’elaborazione ingioiellata e meravigliosa dello stesso discorso del Desiderio – fatta eccezione per il fatto che esso, in ultima analisi, è contrassegnato dal marchio dell’illusione. Dall’altro lato, osservato dal punto di vista del buddhismo zen, Lacan probabilmente espone una delle critiche più convincenti a quella che appare come una nozione da loro condivisa di “realtà”, che in se stessa è illusoria – anche se la posizione di Lacan finisce anch’essa per restare invariabilmente impantanata nel samsara.

In ultima analisi, Oriente e Occidente divergono, lasciando poco o nessuno spazio al compromesso. (Qualcosa che Jung aveva già intuito nella sua prefazione a *Introduzione al buddhismo zen* di Suzuki). Per Lacan, nonostante l’assenza di oggetto si profili come la condizione e il risultato ultimo del desiderio, due soggetti (che in quanto tali non possono non costituirsi reciprocamente come oggetti) sono destinati a intraprendere una ricerca patologica di un’identità tristemente illusoria.<sup>32</sup> Per lo Zen, lungi

<sup>31</sup> Wilden *op. cit.*, p.191.

<sup>32</sup> Su questo punto, sono interessanti le riflessioni dell’eminente psicoanalista Christopher Bollas. “Non credo che possiamo essere impegnati da ‘altri’ umani in un rapporto in cui questi ultimi cessino di essere per noi degli oggetti. Nella nostra psiche oggettifichiamo sempre l’altro, consciamente o inconsciamente. Ma l’altro, e in particolare l’altro umano, ha un effetto soggettivo profondo su di noi, nel senso che la nostra soggettività risulta ristrutturata dalla

dall'essere alla radice di nevrosi e psicosi, scoprire e realizzare l'«Io» trascendente è un imperativo morale; difatti siamo tutti, in un certo senso, obbligati a penetrare la nostra «vera» o «autentica» natura, che rimane inaccessibile finché, come *ego*, continuiamo a dimorare nella logica della dualità in cui la coscienza riflessiva si articola e si rivela. Perché *soggetto/oggetto, mente/corpo, sé/altro, essere/non-essere, tempo/spazio* e la dualità ultima e onnicomprensiva, *vita/morte*, riflettono tutte, nelle parole di De Martino, «la spaccatura che è dentro e fuori di noi, in cui l'io ordinario è incapace di produrre una genuina riconciliazione dei molteplici elementi contrastanti che vanno a costituire la sua esperienza».<sup>33</sup>

Non è lo scopo di questo articolo schierarsi da una parte o dall'altra in un dibattito filosofico di dimensioni che eccedono di gran lunga la competenza dell'autore. Tuttavia, nel delineare alcuni dei principi cardine dello Zen e della teoria di Lacan, si spera che questa breve riflessione possa contribuire al dialogo e al proficuo scambio di idee iniziato da Jung, Fromm e D. T. Suzuki, e ripreso in anni recenti da figure come Jeffrey Rubin, Polly Young-Eisendrath, John Suler e numerosi altri.<sup>34</sup> Le implicazioni di un tale dialogo sono di vasta portata, anche se siamo ancora ben lontani dall'aver esaurito i punti di confronto tra lo Zen e Lacan. In questo studio, per esempio, mi sono limitato a delineare dei paralleli tra le rispettive concettualizzazioni del Desiderio operate da De Martino e Lacan, specialmente laddove si riferiscono alla genesi della soggettività. In modo analogo, i rispettivi contesti culturali di questi due autori e il loro rapporto particolare con l'Esistenzialismo (De Martino conosceva bene Tillich; Lacan conosceva Sartre e quasi tutto l'ambiente francese) potrebbero fungere da base per un resoconto più dettagliato delle comuni influenze storiche e filosofiche. Ulteriori ricerche potrebbero essere condotte anche su ciò che entrambi, Lacan e De Martino, identificavano come gli aspetti strutturali della divisione del sog-

sua azione trasformativa». Si veda A. Molino, *Liberamente associati*, Astrolabio, Roma, 1999, p. 49.

<sup>33</sup> De Martino, *op. cit.*, p. 35.

<sup>34</sup> Si veda in particolare il recente volume a cura di A. Molino e R. Carnevali, *Tra sogni del Buddha e risvegli di Freud*, Arpanet, Milano, 2010.

*Anthony Molino*

getto. Anche le presunte analogie tra le brevi sedute di Lacan e i *koan* Zen meritano una maggiore attenzione, specialmente nella misura in cui riflettono esperienze codificate e definizioni di “realtà”. Lo stesso canone lacaniano è punteggiato di riferimenti al buddhismo che meritano uno studio più attento.

Il passo che segue, tratto dal discorso di Lacan “Funzione e campo della parola e del linguaggio in psicoanalisi”, non è che un esempio di ciò:

Ma questo mistero [del transfert] si chiarisce inquadrandolo nella fenomenologia del soggetto, in quanto il soggetto si costituisce nella ricerca della verità. Non c'è che da ricorrere ai dati tradizionali *che i buddhisti, anche se non sono i soli, possono fornirci*, per riconoscere in questa forma di transfert l'errore proprio dell'esistenza, e sotto tre capi che esse enumerano in questo modo: l'amore, l'odio e l'ignoranza.<sup>35</sup>

Infine, le implicazioni della formazione dell'io, in entrambi i casi - attraverso uno studio parallelo delle “faglie” postulate da Lacan e ciò che De Martino definisce “l'abisso e la disperazione (che abitano) le fauci dello iato interiore”<sup>36</sup> - possono aiutarci a far luce sulle diagnosi dell’“inferno sociale” dell'uomo contemporaneo operate da Lacan e dai suoi successori. Ma almeno per ora tali ricerche dovranno attendere. Si spera che esse possano trovare spazio in un progetto comparativo di più ampio respiro, per cui questo articolo funge da esercizio preliminare.

<sup>35</sup> Lacan, *op. cit.*, p. 302 (corsivi miei). A lato, consideriamo anche il riferimento di Lacan - nel paragrafo conclusivo del suo saggio sullo stadio dello specchio - a un'altra tradizione orientale, quella del Vedānta, quando scrive del «limite estatico del “Tu sei questo”».

<sup>36</sup> De Martino, *op. cit.*, p. 150.



*La pratica della meditazione  
e gli albori della psicoanalisi italiana*

GRAZIANO GRAZIANI

Un lavoro di archeologia psicologica, quale quello proposto, può svelare inaspettate novità.

La prima sorpresa riguarda il fatto che tra il ristretto gruppo di analisti che si sono occupati di meditazione non vengono mai citati nomi italiani. Dovrebbero essere menzionate, viceversa, almeno due persone che hanno segnato l'inizio della psicoanalisi in Italia, anche se poi passarono solo marginalmente il testimone del proprio interesse per la meditazione.

Un'altra sorpresa riguarda la prima tra le persone di cui vorrei parlarvi che, direi, quasi nessuno associa alla psicoanalisi mentre, in realtà, fu quello che la fece conoscere in Italia.

Si tratta di Roberto Assagioli, creatore di quella psicoterapia che egli denominerà "Psicosintesi". Abitava a Firenze in una villetta lungo la strada che porta a Fiesole e che è oggi sede dell'Istituto di Psicosintesi. Lì faceva, talora, delle conferenze aperte al pubblico e non mi sarebbe stato difficile ascoltarlo, ma non l'ho mai fatto.

Quando da giovane frequentavo la Clinica Psichiatrica avevo letto senza grande interesse alcuni suoi scritti, sollecitato in ciò da due compagni che erano diventati suoi allievi. Dai racconti che mi facevano risultava indubbiamente una brava persona, ma vi erano aspetti mistici e rituali che mi lasciavano perplesso. Mi colpì molto il resoconto della sua morte quando volle spirare al cospetto di tutti i suoi allievi più cari, tra i quali, appunto, i miei due amici. Si era alla metà degli anni '70 e io mi ero appena laureato.

Assagioli si era laureato in medicina tanti anni prima, nel 1910, con una tesi dal titolo "La psicoanalisi" che costituì una vera novità nel panorama psichiatrico italiano. Era stato allievo, presso il famoso Burghoelzli di Zurigo, di Eugen Bleuler, colui che coniò il termine "schizofrenia" e che fu il primo, tra i grandi psichiatri, ad accogliere le idee di Freud. Al Burghoelzli strinse amicizia con Jung il quale lo proporrà subito a Freud come la persona che avrebbe potuto portare la psicoanalisi in Italia.

Insieme a Bleuler, Jung, Binswanger e altri svizzeri fu membro della Società Freud di Zurigo. Entrerà, unico italiano, nella costituenda Associazione Psicoanalitica Internazionale (IPA), ciò due anni prima dell'ingresso di un analista triestino, allora austro-ungarico, Edoardo Weiss, che di fatto sarà poi il padre della psicoanalisi italiana. Assagioli fu anche il nostro solo connazionale ad aver avuto l'onore di scrivere articoli sulle prime riviste di psicoanalisi fondate da Freud: lo *Jahrbuch für Psychoanalytische und Psychopathologische Forschungen* e lo *Zentralblatt für Psychoanalyse*.

In Italia, se il primo saggio sulla psicoanalisi fu pubblicato nel 1908 da Baroncini, il secondo fu di Assagioli nel 1910 sulla rivista di Papini e Prezzolini *La Voce*, della quale egli era redattore. Sulla stessa rivista Assagioli riuscì a far dedicare un intero numero, quello di marzo – aprile 1912, alla psicoanalisi. Quindi, fondata una propria rivista, *Psiche*, vi pubblicò, con l'approvazione dell'autore, il primo scritto in italiano di Freud, tradotto da Assagioli stesso. Con Freud ebbe una corrispondenza epistolare che durerà anche dopo la sua uscita dal movimento psicoanalitico. Alberto Alberti, uno di quei due miei amici di gioventù, mi mostrò la minuta di una lettera dei primi anni '30 di Assagioli a Freud in cui gli chiedeva informazioni per le cure del proprio figlio gravemente ammalato.

Se, come abbiamo visto, l'interesse di Assagioli per la psicoanalisi fu precoce, quello per il pensiero orientale lo fu ancor di più e risaliva, probabilmente, all'infanzia e agli insegnamenti della madre che era stata membra della Società Teosofica.

A soli 19 anni, nel 1907, quando frequentava le avanguardie letterarie che si ritrovavano al caffè "Le Giubbe Rosse", Assagioli pubblicò sulla rivista del suo amico Giovanni Papini, *Il Leonardo*, un articolo dal titolo "Per un nuovo umanesimo ariano" in cui scriveva: "tra non molti anni i progressi della psicologia interiore in Europa renderanno necessari l'adozione di molti termini tecnici orientali per designare stati di coscienza per i quali tutte le lingue europee mancano di equivalenti e si parlerà di pratyahara, di dharanam, di dhyanam, di samadhi ecc."<sup>1</sup>

L'interesse per le filosofie orientali e per la dimensione spirituale mistica si accentuerà dopo l'uscita, in contemporanea con Jung, dal movimento psicoanalitico, nel 1914. Scriverà (1930) l'introduzione italiana del commentario di Alice Bailey agli *Yogasūtra* di Patañjali mentre sviluppa il proprio metodo di cura: la psicosintesi. Termine questo che avrebbe avuto per Assagioli la funzione di rimandare da un lato, sul piano culturale, alla sintesi tra Oriente e Occidente, dall'altro, sul piano psicologico, al Centro sintetico e organizzatore della personalità.

Se la psicoanalisi si interessa ai piani bassi, alle fondamenta dell'edificio umano così come Freud aveva scritto a Binswanger, onde differenziarla dalla sua Daseinanalyse, la psicosintesi, al pari (anzi con maggior enfasi) della Daseinanalyse, intenderà dedicarsi ai piani alti dell'esistenza umana "fino – scrive Assagioli – alla terrazza ove il sole ci inonda e dove possiamo osservare il cielo e le stelle".

Per salire ai piani alti l'uomo, secondo Assagioli, può scegliere varie vie, una di queste è la via meditativa. E così la meditazione entra a far parte dell'armamentario della psicosintesi assieme all'ascolto della musica, al disegno, al diario psicologico personale, alle visualizzazioni, ecc.

<sup>1</sup> R. Assagioli, "Per un nuovo Umanesimo ariano", *Leonardo*, III, V, n. 2, 1907, p. 178.

La psicologia buddhista pare aver ispirato Assagioli allorché, nella sua dispensa del 1931 (“Esercizio di disidentificazione e autoidentificazione”), sosterrà che l’uomo dovrebbe prima prendere consapevolezza della molteplicità dei vari aspetti del sé, quindi disidentificarsi da essi onde ritrovare la propria unità, il proprio vertice trascendentale, ovvero ciò che egli denomina Io o Centro di Autocoscienza. Mentre i vari aspetti del sé possono essere tra loro in conflitto, il Centro di Autocoscienza è compatibile con ognuno di loro e può comprenderli in modo oggettivo e superiore. Inoltre se l’uomo si allontana dal proprio Centro, rischia di identificarsi e di essere fagocitato da pensieri ed emozioni che non corrispondono alla sua vera essenza.

Ne *L’atto di volontà*, l’unico libro di Assagioli che ho visto citato in letteratura psicoanalitica (nella fattispecie da un’analista buddhista, Nina Coltart), Assagioli suggerisce di praticare tutte le mattine secondo la seguente scaletta: “io ho un corpo, ma non sono il mio corpo.... io ho delle emozioni, ma non sono le mie emozioni ... io ho una mente, ma non sono la mia mente..... allora cosa sono io? .... io riconosco e affermo me stesso quale Centro di pura autocoscienza”.<sup>2</sup> Un’appendice a *L’atto di volontà* sarà dedicata alla meditazione; ugualmente un’appendice dal titolo “Tecniche meditative e psicoterapia” era apparsa nel suo libro precedente: *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*.<sup>3</sup> Quest’ultima appendice, che rimanda ampiamente al training autogeno di Schultz e al sogno guidato di Desoillt non è scritta da Assagioli, ma da uno degli psichiatri più noti dell’epoca, Wolfgang Kretschner. Credo che la scelta di Kretschner da parte di Assagioli rispondesse alla necessità di dare un volto autorevole alla meditazione, ma anche all’intenzione di definire una pratica meditativa che, pur riprendendo la tradizione orientale, si differenziasse e seguisse i canoni della psicologia occidentale. E infatti la pratica che proporrà Assagioli in appendice a *L’atto di volontà* contiene molti elementi personali e di derivazione psicodinamica.

<sup>2</sup> R. Assagioli, *L’atto di volontà*, Astrolabio, Roma, 1973.

<sup>3</sup> R. Assagioli, *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*, Astrolabio, Roma, 1965.

Il processo meditativo per Assagioli si articola in tre fasi tra loro successive.

La prima fase, denominata meditazione riflessiva, è quella del raccoglimento, della concentrazione dalla periferia al centro, della perseveranza e della tenacia, della disidentificazione dai pensieri e emozioni che attraversano la mente e dal concentrarsi su determinati argomenti onde meglio chiarirli: gli argomenti possono essere qualità spirituali come il coraggio, la fede, la serenità, ecc. oppure simboli specifici, oppure determinate frasi che egli chiama "pensieri-seme".

La seconda fase è la meditazione recettiva. Mentre nella meditazione riflessiva l'occhio della mente è diretto orizzontalmente e osserva gli aspetti della personalità, nella meditazione recettiva l'occhio è diretto verso l'alto onde scoprire cosa si cela al di là della coscienza ordinaria. Perché ciò si verifichi bisogna giungere, attraverso la visualizzazione di immagini simboliche, allo stadio del silenzio mentale. Sarà nello stadio del silenzio che giungeranno messaggi di consapevolezza attraverso visioni o illuminazioni. A questo stadio segue sempre quello della registrazione, anche scritta, di ciò che è stato sperimentato.

L'ultima fase è la meditazione creativa, ovvero il vivificare creativamente e in modo personale il contenuto che l'esperienza meditativa ha trasmesso.

Forse la proposta di Assagioli si differenzia dalla meditazione tradizionale, ma credo che ad Assagioli vada riconosciuto il merito di aver tentato una sistematizzazione del processo meditativo stesso e, soprattutto, di averlo introdotto, fin dagli anni '20, in psicoterapia.

Diverso è il discorso per quanto riguarda la seconda persona di cui vi parlerò che nella sua pratica mai si discostò da quanto appreso in Oriente e il quale, a differenza di Assagioli, resterà sempre in ambito analitico ortodosso. Come forse qualcuno ha capito, si tratta di Emilio Servadio.

A me personalmente Emilio Servadio era simpatico. Lo conobbi quando ero ragazzo e andavo da un barbiere, padre di un mio compagno di classe. Ora, dal barbiere trovavo le carte da gioco profumate con figure di donnine mezze nude e trovavo anche

quelle riviste per soli uomini che in casa non potevo portare. In una di queste, mi sembra *Playman*, c'era una rubrica curata da Servadio: fu uno dei miei primi incontri con la psicoanalisi e, non importa che lo dica, fu molto divertente. Un altro sentimento di simpatia me lo suscitò quando già ero analista e lessi sulla *Rivista di Psicoanalisi* un suo commento a un articolo altamente, ma davvero altamente, speculativo, apparso nel numero precedente. Il commento di Servadio seguiva la falsariga dell'articolo, era totalmente incomprensibile e citava anche parole in sanscrito. Ovviamente era una presa in giro molto ironica. Gli scrissi una lettera di complimenti e lui mi rispose che ne aveva già ricevute quattro, ma nessuno aveva capito che la sua era stata una presa in giro, mi disse pure che le parole in sanscrito (lingua che ben conosceva) se le era inventate di sana pianta.

Invero, Servadio fu senza dubbio un collega "un po' discusso" non solo perché scriveva su *Playman*, o per i suoi interessi per il paranormale, o per gli esperimenti con l'LSD (parentesi secretata dell'Istituto Romano), o per l'appartenenza massonica (negli anni '40 transitò nella P2, poi in altre logge fino a raggiungere il numero 33 massonico), ma perché, sebbene sia stato uno dei fondatori della SPI, fu coinvolto nella sua scissione denunciando il suo stesso Istituto all'IPA. Poi, ambigualmente mantenne fino alla morte una doppia presidenza onoraria, quella della SPI e quella dell'Associazione Italiana di Psicoanalisi (il gruppetto dei secessionisti). Non si può, dunque, dire che sia stato molto amato e alla sua morte ne fece prova il necrologio "al vetriolo" scritto da Armando Novelletto sulla *Rivista di Psicoanalisi* che è la rivista ufficiale della SPI.

Comunque sia, Servadio fu realmente un anticipatore seppure, direi totalmente, sconosciuto nella sua produzione teorica circa i rapporti tra meditazione e psicoanalisi. Che fosse un praticante era invece cosa nota.

Due sono, probabilmente, i motivi per cui le sue riflessioni sono state così ignorate. Il primo motivo è dato dal fatto che Servadio non ha scritto alcuna monografia esaustiva sull'argomento. Il suo pensiero, viceversa, è sparso all'interno di una decina di brevi articoli che vanno dal 1938 al 1986: articoli tra l'altro difficilmente reperibili.

La seconda ragione è dovuta al fatto che gli scritti di Servadio non sono generalmente rivolti agli psicoanalisti, ma al più vasto pubblico.

Se queste possono essere le circostanze che hanno portato alla sua non considerazione, vi è d'altro canto, più di una ragione per cui Servadio andrebbe ricordato. La prima è di ordine storico in quanto egli fu tra i primi a interessarsi dell'argomento, già nel 1938. Servadio, poi, fu più di un cultore della materia, fu un praticante di meditazione e lo sarà per tutta la vita. Sebbene egli non possa non appartenere al filone classico della psicoanalisi, i rimandi della sua lunga pratica personale pongono il confronto tra analisi e meditazione su un piano decisamente più esperienziale che metapsicologico. L'originalità principe di Servadio è riposta proprio nella comparazione tra pratiche ed è sotto questa luce che le sue osservazioni sono quanto mai attuali e meritevoli di conoscenza.

Prima di visionare l'opera di Servadio si impone, però, una breve parentesi biografica onde meglio comprendere da quali eventi è derivato il suo pensiero.

L'interesse per le filosofie orientali nasce, in Servadio, ben prima del suo diventare psicoanalista. Egli si volgerà a Oriente già negli anni 1920, allorché scrive sulla rivista "Uhr" diretta dal Julius Evola, il futuro referente della mistica fascista. È nella veste di collaboratore dell'Enciclopedia Italiana che Servadio entra in contatto con Edoardo Weiss, all'epoca l'unico analista italiano. Viene analizzato da Weiss e con lui e pochi altri, nel 1932, Servadio sarà tra i fondatori della Società Psicoanalitica Italiana. Nello stesso anno egli instaura una profonda e duratura amicizia con Anna Freud. Conosce Sigmund Freud e, con proprie relazioni, partecipa ai Congressi Psicoanalitici Internazionali di Wiesbaden (1932), Lucerna (1934), Parigi (1938). Seguirà poi, la lunga (otto anni) parentesi indiana. Nel 1938, infatti, il regime fascista emana le leggi razziali, nella Società Psicoanalitica Italiana sono presenti diversi ebrei e Servadio è il primo a emigrare. Su suggerimento di Jones egli decide di trasferirsi in India dove la psicoanalisi è ai primordi, anche se una minuscola Società Psicoanalitica Indiana è già operante a Calcutta. Jones lo indirizzò a Bombay

ove non era presente alcun analista. Poco dopo il suo arrivo viene nominato analista didatta della Società Psicoanalitica Indiana, così che oggi tra gli analisti indiani alcuni sono “oriundi italiani”. In India Servadio insegna al Madras College e, a sua volta, è allievo di yogin famosi quali Shri Kuvala Vananda. Lì ha inizio la sua pratica di meditazione, il suo, come lui stesso lo chiama, “tornare a casa”. Rientrato in Italia al termine del secondo conflitto mondiale, ricostituisce con altri la Società Psicoanalitica Italiana, fonda l’Istituto Romano di Psicoanalisi, sarà Presidente e poi Presidente Onorario della Società Psicoanalitica Italiana (e come si è detto anche dell’Associazione Italiana di Psicoanalisi) fino alla sua morte, nel 1995.

Per quanto Servadio appartenesse all’establishment psicoanalitico e ne condividesse le teorie, allorché si tratta di delineare un modello di comparazione con la meditazione, egli non esita a porre in angolo gran parte delle speculazioni metapsicologiche in materia. “Non farebbe onore agli psicoanalisti” - scrive testualmente Servadio -<sup>4</sup> continuare a rapportarsi con le pratiche meditative usando definizioni quali: “regressione alla fase oceanica” (il riferimento è a Freud),<sup>5</sup> “piaceri erotici infantili” (il riferimento è a Lewin),<sup>6</sup> “dipendenza del bambino dalle istanze genitoriali” (forse il riferimento è a Ferenczi),<sup>7</sup> “narcisismo primario” (il riferimento è a Federn).<sup>8</sup>

Il parallelismo che Servadio individua tra psicoanalisi e meditazione (*vipassanā e yoga*) si sviluppa a partire da una comune, basilica, visione del funzionamento mentale: la mente procederebbe in maniera automatica e incontrollata. Pensieri fanno seguito a pensieri, ragionamenti a ragionamenti e il soggetto è catturato

<sup>4</sup> *Psicoanalisi e pensiero orientale*, Relazione alla IX Giornata dello Yoga, Roma, 1986, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it).

<sup>5</sup> S. Freud, *Il disagio della civiltà* (1929), in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, vol. 10, Bollati Boringhieri, Torino, pp. 557-565.

<sup>6</sup> B. D. Lewin, *The Psychoanalysis of Elation*, Norton, New York, 1950.

<sup>7</sup> S. Ferenczi, *Fasi evolutive del senso di realtà* (1913), in *Opere*, vol. 2, 1913-1919, Cortina, Milano, 1990.

<sup>8</sup> P. Federn, *Psicosi e psicologia dell’Io*, Boringhieri, Torino, 1976 (*Ego Psychology and the Psychoses*, ed. by E. Weiss, New York, 1952).



dalla “fascinazione” del pensare e dall’angoscia del suo interrompersi. La tradizione buddhista insegna che ciò che viene oscurato dal continuo scorrere del pensiero sarebbe la capacità di vedere che “i pensieri sono solo pensieri”. Servadio arriva a sostenere che nel suo produrre pensieri in realtà l’uomo non pensa, anzi “è pensato” da questa istanza al pensiero, della quale non ha consapevolezza (*vāsanā*).<sup>9</sup>

Un obiettivo comune sia alla pratica analitica che alla meditazione sarebbe la piena consapevolezza del continuo vagare della mente. Per il meditante, scrive Thich Nhat Hanh, “l’essenziale è non lasciar emergere nessuna sensazione o pensiero senza che la presenza mentale lo riconosca, come una sentinella che registra ogni faccia che passa per il corridoio d’accesso del palazzo”.<sup>10</sup> Da parte sua, la psicoanalisi si affida al metodo terapeutico ideato da Freud al cui interno diversi sono gli elementi che per Servadio trovano corrispondenze nella meditazione.

Il primo elemento è il *setting*. Molte delle sue caratteristiche si ritroverebbero “*mutatis verbis*” (Servadio) nella pratica meditativa. L’elenco che fa Servadio comprende: costanza, pazienza, assenza di giudizio, uso di posture corporee, esperienza non abituale, rinuncia alle soddisfazioni immediate, neutralità, accettazione.<sup>11</sup>

In secondo luogo Servadio individua nella “sospensione della facoltà critica”, raccomandata da Freud, una innegabile somiglianza con i precetti impartiti a chi medita.<sup>12</sup> A coloro che iniziano una analisi viene chiesto di comunicare tutti i pensieri che passano a mente al di là di logiche, finalismi, auto-giudizi, convenzioni morali. È questa la “regola aurea”, o “regola fondamentale”, altrimenti conosciuta come uso delle “libere associazioni”: regola su cui poggia la possibilità stessa dello svolgimento analitico. Le libere associazioni, oltre a rappresentare la principale fonte di infor-

<sup>9</sup> E. Servadio, “Psicoanalisi e Yoga”, *Ulisse*, 1961; *Psicoanalisi e pensiero orientale*, cit.

<sup>10</sup> Thich Nhat Hanh, *Il miracolo della presenza mentale*, Astrolabio, Roma, 1992 (*The Miracle of Mindfulness*, trans. by Mobi Ho, Beacon Press, Boston, 1975).

<sup>11</sup> Servadio, “Psicoanalisi e Yoga”, cit.

<sup>12</sup> Servadio, *Psicoanalisi e pensiero orientale*, cit.

mazioni per l'analista, sono anche una singolare forma di "autoconoscimento" accostabile per Servadio all'atteggiamento e all'esperienza del meditante.<sup>13</sup> La nuda attenzione al fluire dei pensieri richiesta a colui che medita è, infatti, una attenzione imparziale, aperta, non-giudicante, interessata e impersonale. La differenza con la "regola aurea" di Freud parrebbe dunque porsi sul piano della verbalizzazione del contenuto ideativo e, ovviamente, sulla presenza e sulla relazione con un ascoltatore particolare.

Si sa che nella meditazione il soggetto viene edotto su come il suo essere catturato da pensieri, che lo allontanano dalla focalizzazione meditativa, non rappresenti un errore, bensì il normale funzionamento della mente. Tuttavia, allorché la nuda attenzione prende visione di un dato pensiero, si suggerisce di lasciarlo e di ritornare, in maniera gentile e non giudicante, alla focalizzazione (in genere, il respiro). Per raggiungere, infatti, una chiara visione di sé e una equilibrata flessibilità dell'Io, la psicologia buddhista insegna che è necessario superare l'attaccamento: attaccamento, in questo caso, ai propri contenuti ideativi. Sarà nei riguardi dell'attaccamento che Servadio opera una interessante trasposizione dalla pratica meditativa alla psicoanalisi.<sup>14</sup> Premettendo che il principale ostacolo al dispiegamento del *transfert* è dato dalle difese narcisistiche, Servadio si chiede cosa siano tali difese. Ebbene, esse, argomenta Servadio, altro non sarebbero che attaccamento: un attaccamento, foriero di sofferenze, al "proprio sé cristallizzato" da sentimenti di presunzione, orgoglio, certezze. Per inciso, un analista contemporaneo e praticante, Mark Epstein, ha messo in luce come gli attaccamenti narcisistici siano di grande ostacolo alla stessa buona pratica meditativa.<sup>15</sup> Superare, in analisi o con la meditazione, l'attaccamento ai propri pensieri, siano pur essi narcisistici, consentirebbe al soggetto di acquisire

<sup>13</sup> Servadio, cit.

<sup>14</sup> Servadio, "Psicoanalisi e Yoga", cit.; "Scoprire l'inconscio praticando lo yoga", *Il Messaggero Veneto*, 2-7-1985, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it).

<sup>15</sup> M. Epstein, *Thoughts Without A Thinker: Psychotherapy from a Buddhist Perspective*, New York 1995 (trad. it. *Pensieri senza un pensatore*, Ubaldini, Roma, 1996).

una “consapevolezza metacognitiva” (Giommi),<sup>16</sup> per cui i pensieri sono esperiti in quanto pensieri (eventi mentali), piuttosto che come aspetti di sé. Riprendendo il discorso freudiano sul “Territorio estero interno” (ovvero, su qualche cosa che ci appartiene, ma è sentito esterno, ad esempio: “sono stato preso dalla rabbia”), Servadio rapporta questa area estera interna alla consapevolezza metacognitiva di chi medita o è in analisi. Gli sviluppi della chiara visione sul “Territorio estero interno” coinciderebbero con l’avvio di una serie di disidentificazioni. Come per Assagioli anche per Servadio la “disidentificazione” è il momento cardine delle pratiche di consapevolezza. Con la pratica: “a poco a poco, l’Io si allontana e si libera da ciò che era diventato egosintonico e ne dispone più o meno *ad libitum*, così come noi disponiamo di un veicolo sapendo molto bene che noi non siamo il veicolo e che possiamo farne a meno”.<sup>17</sup> Invece di “diventare” i propri pensieri, il soggetto si metterebbe in relazione con essi, quali fossero semplici eventi che accadono nel campo della consapevolezza: va rilevato come a tale livello sia analisi che meditazione sembrerebbero mirare non tanto a modificare i contenuti della mente, quanto, piuttosto, la nostra relazione con essi.

Circa il grande valore assegnato dalla *vipassanā* al “momento presente”, uguale è quello dato da Freud all’*hic et nunc* della seduta e il fine comune a entrambe le pratiche sarebbe quello di “staccarci dal passato e dalle false realtà che lo trattengono”.<sup>18</sup>

Una ulteriore equivalenza Servadio l’individua nel similare stato di coscienza che psicoanalista e meditante sono chiamati a raggiungere.<sup>19</sup> La “attenzione fluttuante uniforme”, che Freud suggerisce all’analista (“stia ad ascoltare e non si preoccupi di tenere a mente alcunché”),<sup>20</sup> sarebbe, per Servadio, sovrapponibile

<sup>16</sup> F. Giommi, *Introduzione: al di là del pensiero, attraverso il pensiero* in Segal Z.V., Williams J.M.G., Teasdale J.D., *Mindfulness: al di là del pensiero, attraverso il pensiero*, Bollati Boringhieri, Torino, 2006.

<sup>17</sup> E. Servadio, “Psicoanalisi e Yoga”, cit.

<sup>18</sup> *ibidem*.

<sup>19</sup> E. Servadio, *Psicoanalisi e pensiero orientale*, cit.

<sup>20</sup> *Consigli al medico nel trattamento analitico* (1912), in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, vol. 6, Bollati Boringhieri, Torino, pp. 532-541.

allo stato di attenzione che è impartito al meditante. Tale condizione, “familiare per chi medita”, consentirebbe all’analista un ascolto imparziale, uno stato di “silenzio” che “filtra” le parole ed allontana i “rumori”. Un ascolto fluttuante e scevro da attaccamenti che è rivolto, oltre alle parole del paziente, alla mente stessa dell’analista e attraverso il quale, sottolinea Servadio sarebbe possibile sviluppare una comunicazione che tocca i livelli più profondi del sé.<sup>21</sup> I momenti di empatia e di contro-transfert si svilupperebbero entro questa cornice di coscienza che la meditazione ha da sempre addestrato ad ampliare. Si tratta, in questi casi, di un “sentire prima di capire” caratteristico dei migliori dettami buddhisti: “le parole sono soltanto il dito che indica la luna, il dito non è la luna ...l’esperienza effettiva si trova oltre le parole”.<sup>22</sup> Nel progredire della meditazione viene, infatti, insegnato come appena si inizi a essere consapevoli di qualcosa, subito, prima di farsene un concetto, c’è un fugace istante di coscienza pura dell’oggetto. Questi momenti in cui si fa esperienza di un oggetto prima di oggettivarlo, di una cosa come non cosa, coinciderebbero con quei livelli di consapevolezza profonda che l’analista riconosce come empatia e contro-transfert e che la meditazione allena a prolungare. Quindi, onde meglio operare, sarebbe auspicabile che l’analista avesse una pratica diretta della meditazione. A tal proposito, Servadio cita e dà ragione a Geraldine Coster,<sup>23</sup> quando scrive che: “l’analista dell’avvenire dovrebbe essere qualcuno che conosce sperimentalmente qualche cosa dei processi di meditazione”.<sup>24</sup> Per Servadio un primo passo potrebbe anche essere una maggiore considerazione da parte della tecnica analitica dello stato corporeo, del rilassamento e del ritmo respiratorio. Sia *training* che tecnica potrebbero, dunque, avvantaggiarsi da una maggior conoscenza e integrazione con le pratiche meditative. A

<sup>21</sup> E. Servadio, *op. cit.*

<sup>22</sup> Gunaratana Henepola, *La Pratica della Consapevolezza*, Astrolabio, Roma, 1995 (*Mindfulness in Plain English*, Wisdom Publications, Boston, 1991).

<sup>23</sup> G. Coster, *Yoga and Western Psychology*, Oxford University Press, London, 1934.

<sup>24</sup> E. Servadio, “Psicoanalisi e Yoga”, cit.

dispetto di queste considerazioni, in realtà, Servadio, quale direttore dell'Istituto di Training (l'Istituto da me frequentato), non avanzerà mai alcuna proposta organica in tal senso.

Nulla par essere più suadente della frase, tratta dalla *Śvetāśvatara Upaniṣad*, che Servadio cita quale fine ultimo della meditazione: "...come uno specchio fangoso risplende di nuovo dopo una pulizia appropriata, così l'anima racchiusa nel corpo partecipa della sua finalità vera e si libera dell'angoscia dopo aver scoperto la sua vera natura".<sup>25</sup> Tuttavia, per quanto affascinante e utile la meditazione possa essere, Servadio sente l'obbligo di mettere in guardia da forme di ripudio della nostra pratica terapeutica occidentale a "favore di un *darśana* che non è il nostro". In questo senso egli dà ragione a Jung<sup>26</sup> allorché, "molto saggiamente", sottolinea il rischio di salvifiche illusioni e di adesioni totalizzanti al pensiero orientale quando, viceversa, "la verità appare differentemente nei differenti Paesi, nelle differenti età, secondo i materiali viventi con cui i suoi simboli sono stati foggiate". Al pari di psicoanalisti odierni (Pensa, Epstein, Amadei),<sup>27</sup> Servadio non esita, così, nel sottolineare come le pratiche meditative non devono avere uno scopo terapeutico, anche se alla fine se ne ricevono dei benefici. "In India – scrive Servadio – l'ho appreso dalla viva voce di Śrī Kuvalayananda il quale mi disse che la maggior parte degli occidentali che vogliono dedicarsi alla meditazione sono dei nevrotici nel senso clinico della parola, dei nevrotici, mi disse, che dovrebbero chiedere aiuto allo psicoanalista invece di accoccolarsi tutti i giorni per cercare di fare meditazione".<sup>28</sup> Probabilmente il pensiero di Servadio collimerebbe oggi con quanto espresso da Corrado Pensa: "lungo il cammino meditativo il rischio di autoinganno è molto elevato .....una buona psicoterapia può rendere la pratica della consapevolezza più fondata, viva e perspicace. La meditazione a sua volta, può approfondire e accelerare

<sup>25</sup> *ibidem*.

<sup>26</sup> *Psicologia della meditazione orientale* (1943), in *Opere*, vol. 11, Torino, 1992.

<sup>27</sup> C. Pensa, *La tranquilla passione*. Ubaldini, Roma, 1994; Epstein, *op. cit.*; G. Amadei, Introduzione a: Siegel J., *Mindfulness e Cervello*, Cortina, Milano, 2009.

<sup>28</sup> E. Servadio, *op. cit.*

notevolmente il processo psicoterapeutico”.<sup>29</sup> Come già rilevato, la gran parte delle osservazioni contenute negli scritti di Servadio concernono essenzialmente l’esperienza e la pratica. In una sola occasione egli farà un’ardita interpretazione metapsicologica considerando la *kundalini* in chiave di sublimazione dei proto-istinti (*libido e destrudo*).<sup>30</sup> Ma siamo nel 1938, prima della sua partenza per l’India e della sua pratica personale.

Nel chiudere questa finestra su Emilio Servadio e sul suo ruolo di precursore nel raffronto tra psicoanalisi e meditazione si può raccogliere la sintesi del suo pensiero in queste poche parole che riassumono anche lo spirito di questa giornata: “la psicoanalisi, senza saperlo è stata piuttosto *orientale* nei suoi aspetti tecnici e *occidentale* nei suoi aspetti teorici”.<sup>31</sup> Per la verità, mentre non v’è dubbio che il pensiero di Freud scorra nell’alveo occidentale, solo una parte dei molteplici elementi contenuti nell’armamentario tecnico freudiano sono inconsapevolmente *orientali*. Molti fattori terapeutici caratterizzanti il metodo analitico non sono rintracciabili nella tradizione orientale: il registro dato all’interazione, l’analisi del *transfert*, le interpretazioni, il ruolo assegnato ai sogni, ecc... Tuttavia, gli elementi in comune, ben evidenziati dalla disamina di Servadio, possono rappresentare la base per una comparazione tra pratiche, per il costituirsi di un confronto e per un arricchimento della psicoanalisi stessa.

Servadio è scomparso novantenne, oramai 15 anni fa. Aveva espresso in sordina l’auspicio di un dialogo per lui realizzatosi in gioventù, la giornata di oggi mi sembra testimoni il fatto che sono maturate le condizioni perchè ciò avvenga.

<sup>29</sup> C. Pensa, *op. cit.*

<sup>30</sup> E. Servadio, *Considerations psychoanalytiques sur le yoga*. Comunicazione al XV Congresso Internazionale di Psicoanalisi, Parigi, 1938, testo inedito, citato in: E. Servadio (1947), “Psicoanalisi e Yoga” (II parte), *Luce e Ombra*, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it).

<sup>31</sup> R. Servadio, *Psicoanalisi e pensiero orientale*, cit.

## Bibliografia

- Agamben G., *La potenza del pensiero*, Neri Pozza, Milano, 2010
- Amadei G., Introduzione a: Siegel J., *Mindfulness e Cervello*, Cortina, Milano, 2009
- Assagioli R., “Per un nuovo Umanesimo ariano”, *Leonardo*, III, V, n. 2, 1907
- , *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*, Astrolabio, Roma, 1973.
- , *L'Atto di volontà*, Astrolabio, Roma, 1977.
- Aurigemma L., *Il risveglio della coscienza. Balbettii metafisici*, Bollati Boringhieri, Torino, 2008
- Blanke O., Landis T., Spinelli L., Seeck M., “Out-of-body Experience and Autoscapy of Neurological Origin”, *Brain*, 127, 2004, pp. 243-258
- Böhme, J. B., *Aurora nascente*, a cura di Cecilia Muratori, Milano, Mimesis edizioni, 2008
- Bobrow J., *Zen and Psychotherapy: Partners in Liberation*, W W Norton, New York, 2010
- Boncinelli E., *L'etica della vita*, Rizzoli, Milano, 2008
- , *Mi ritorno in mente*, Longanesi, Milano, 2009
- Borch-Jacobsen M., *Lacan. The Absolute Master*, Stanford University Press, Stanford, California, 1991
- Bowie M., *Lacan*. Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1991

### Bibliografia

- Bowlby J., *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*, Routledge, London, 1988 (trad. it. *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*, Cortina, Milano, 1989)
- Buckner R.L., Andrews-Hanna J.R., Schacter D.L., "The Brain's Default Network: Anatomy, Function, and Relevance to Disease", *New York Academy of Sciences*, 1124, 2008, pp. 1-38
- Camilleri A., *Il cane di terracotta*, Sellerio, 1996
- Camus A., *Youthful Writings*, Vintage Books, New York, 1977 (tr. ingl.)
- Capra F., *The Tao of Physics*, Shambala Publications, Berkeley, CA, 1975 (trad. it. *Il Tao della Fisica*, Milano, Adelphi, 1989)
- Coltart N., *Slouching towards Bethlehem... and Further Psychoanalytic Explorations*, Free Association Books, London, 1993
- Coster G., *Yoga and Western Psychology*, Oxford University Press, London, 1934
- Dalai Lama, *Dzogchen. The Heart Essence of the Great Perfection*, Snow Lion Publications, Ithaca, New York 2000 (trad. it. *Dzogchen. L'essenza del cuore della grande perfezione*, Edizioni Amrita, Giaveno (To), 2003)
- De Martino R., "La condizione umana e il buddhismo zen", in E. Fromm, D.T. Suzuki, R. De Martino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, HarperCollins, New York, 1960
- , "The Zen understanding of the fundamental problem of the ordinary man." Articolo inedito tratto dal secondo capitolo della dissertazione di dottorato, *The Zen Understanding of Man*, Temple University, Philadelphia, 1969
- , "The Zen understanding of the initial nature of man." Articolo inedito tratto dal primo capitolo della dissertazione di dottorato, *The Zen Understanding of Man*, Temple University, Philadelphia, 1969
- Dostoevskij F. M., *Delitto e castigo*, "Russkij vestnik", Moskva, 1866 (trad. it. Sansoni, Milano, 1993)
- Epstein M., *Thoughts without a Thinker: Psychotherapy from a Buddhist Perspective*, Harper & Row, New York, 1995 (trad. it. *Pensieri senza un pensatore*, Astrolabio, Roma, 1996)
- , *Going to Pieces without Falling Apart*, Basic Books, New York, 1998
- , *Psychotherapy without the Self: A Buddhist Perspective*, Yale University Press, Yale, 2007



### Bibliografia

- , “Sulla negazione dell’attenzione ugualmente sospesa” in Molino A., Carnevali R., *Tra sogni del Buddha e risvegli di Freud*, Arpanet, Milano, 2010
- Fabbro F., *Neuropsicologia dell’esperienza religiosa*, Astrolabio, Roma, 2010
- Farb N.A.S., Segal Z.V., Mayberg H., Bean J., McKeon D., Fatima Z., Anderson A., “Attending to the Present: Mindfulness Meditation Reveals Distinct Neural Modes of Self-Reference”, *Scan*, 2, 2007, pp. 313-322
- Federn P., *Ego Psychology and the Psychoses*, ed. by E. Weiss, New York, 1952 (trad. it. *Psicosi e Psicologia dell’Io*, Boringhieri, Torino, 1976)
- Ferenczi S., *Fasi evolutive del senso di realtà* (1913), in *Opere*, vol. II, 1913-1919, Cortina, Milano, 1990
- Freud S., *Consigli al medico nel trattamento analitico* (1912), in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, vol. VI, Bollati Boringhieri, Torino, 2001, pp. 532-541
- “Psicoanalisi” e “Teoria della Libido” in *Opere di Sigmund Freud (OSF)* vol. IX, Bollati Boringhieri, Torino, 2000, pp 439-462
- , *Il Disagio della Civiltà* (1929), in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, vol. X, Bollati Boringhieri, Torino, 2000, pp. 557-565
- , *L’uomo Mosè e la religione monoteistica: 3 saggi*, in *Opere di Sigmund Freud (OSF)*, vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino, 2003
- Fromm E., Suzuki D.T., De Martino R., *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, Harper Collins, New York, 1960 (trad. it. *Psicoanalisi e buddhismo zen*, Astrolabio, Roma, 1968)
- Giommi F., *Introduzione: al di là del pensiero, attraverso il pensiero* in Segal Z.V., Williams J.M.G., Teasdale J.D., *Mindfulness: al di là del pensiero, attraverso il pensiero*, Bollati Boringhieri, Torino, 2006
- Gnoli R. (a cura di), *La Rivelazione del Buddha*, 2 voll., Mondadori, Milano, 2001-2004
- Grant J.A., Rainville P., “Hypnosis and Meditation: Similar Experiential Changes and Shared Brain Mechanisms”, *Medical Hypotheses*, 65, 2005, pp. 625-626
- Gunaratana Henepola, *Mindfulness in Plain English*, Wisdom Publications, Boston, 1991 (trad. it. *La Pratica della Consapevolezza*, Astrolabio, Roma, 1995)
- Hilgard E.R., *Divided Consciousness*, John Wiley & Sons, New York, 1986

## Bibliografia

- Jaynes J., *The Origin of Consciousness in the Breakdown of the Bicameral Mind*, Houghton Mifflin, Boston, 1976 (trad. it. *Il crollo della mente bicamerale e l'origine della coscienza*, Adelphi, Milano, 1984)
- Jung C.G., *Tipi psicologici*, Bollati Boringhieri, Torino, 1977 (*Psychologische Typen*, 1921)
- , Prefazione a Suzuki D. T., *La grande liberazione. Introduzione al buddhismo zen* (1939), in *Opere*, vol. XI, Boringhieri, Torino, 1979
- , *Psicologia della meditazione orientale* (1943), in *Opere*, vol. XI, Boringhieri, Torino, 1992
- , *Sul rinascere*, in *Opere*, vol. IX/I: *Gli Archetipi e l'inconscio collettivo*, Boringhieri, Torino, 1980 (*Über Wiedergeburt*, 1950)
- , *Commento psicologico al Libro tibetano della grande liberazione* (1954), in *Opere, Psicologia e religione*, vol. XI, Boringhieri, Torino, 1979, pp. 491-524
- , *Modern Psychology*, ed. by B. Hannah, Zurich, 1959
- , *Ricordi Sogni riflessioni*, Il Saggiatore, 1965 (*Erinnerungen, Träume, Gedanken von C.G. Jung*, 1961)
- , *Opere, Psicologia e Religione*, vol. XI, Boringhieri Torino, 1992 [1979]
- Kojeve A., *Introduzione alla lettura di Hegel*, Adelphi, Milano 1996
- Kornfield J., *The Wise Heart*, Random House, New York, 2008 (trad. it. *Il cuore saggio. Una guida agli insegnamenti universali della psicologia buddhista*, Corbaccio, Milano, 2010)
- Kramer J., Alstad D., *The Guru Papers: Masks of Authoritarian Power*, North Atlantic Books/Frog Ltd., Berkeley, CA, 1993
- Krynicky V., "The double orientation of the ego in the practice of Zen", in *Am. J. Psychoanal.*, 40, 3, 1980
- Kurtz S., "La pratica della non-conoscenza", in Molino A., *Psicoanalisi e buddismo*, Cortina, Milano, 2001
- Lacan J., *Scritti*. 2 voll., Einaudi, Torino, 1974
- Lambert J., *Le dieu distribué, une anthropologie comparée des monothéismes*, Les Éditions du Cerf, Paris, 1995
- Lewin B. D., *The Psychoanalysis of Elation*, Norton, New York, 1950
- Lutz A., Slagter H.A., Dunne J.D., Davidson R.J., "Attention Regulation and Monitoring in Meditation", *Trends in Cognitive Sciences*, 12, 2008, pp. 163-169
- Magid B., *Ordinary Mind: Exploring the Common Ground of Zen and Psychoanalysis*, Wisdom Publications, Somerville, Ma, 2002

### Bibliografia

- Massignon L., *Il soffio dell'Islam*, Medusa, Milano, 2008
- McGuire W., *Dream Analysis: Notes of the Seminar Given in 1928-1930 by C.G. Jung*, Princeton University Press, Princeton, 1984
- McNamara P., Durso R., Harris H., "Life Goals of Parkinson's Disease: A Pilot Study on Correlations with Mood and Cognitive Functions", *Clinical Rehabilitation*, 20, 2006, pp. 818-826
- Mitchell S., *Hope and Dread in Psychoanalysis*, Basic Books, New York, 1993 (trad. it. *Speranza e timore in psicoanalisi*, Torino, Bollati Boringhieri, 1995)
- Molino A. (ed.), *Elaborate Selves: Reflections and Reveries of Christopher Bollas, Polly Young-Eisendrath, Michael Eigen, Samuel and Evelyn Laeuchli, and Marie Coleman Nelson*, Harworth Press, Binghamton, NY, 1997
- , *The Couch and the Tree: Dialogues in Psychoanalysis and Buddhism*, North Point Press, New York, 1998 (parziale trad. it. *Psicoanalisi e buddismo*, Cortina, Milano, 2001)
- (a cura di), *Liberamente associati*, Astrolabio, Roma, 1999
- (a cura di), *Psicoanalisi e buddismo*, Cortina, Milano, 2001
- Molino A., Carnevali R. (a cura di) *Tra sogni del Buddha e risvegli di Freud*, Arpanet, Milano, 2010
- Nash M.R., Barnier A.J. (eds.), *The Oxford Handbook of Hypnosis*, Oxford University Press, Oxford, 2008
- Neumann E., *La Grande Madre*, Astrolabio, Roma, 1981 (*Die Grosse Mutter*, 1956)
- , *La personalità nascente del bambino. Strutture e Dinamiche*, Red Edizioni, Como, 1991 (*Das Kind*, 1963)
- , *Storia delle origini della coscienza*, Astrolabio, Roma, 1998 (*Ursprungsgeschichte des Bewusstseins*, 1949)
- Newberg A.B., Alavi A., Baime M., Pourdehnad M., Santanna J., d'Aquili E., "The Measurement of Regional Cerebral Blood Flow During the Complex Cognitive Task of Meditation: a Preliminary SPECT Study", *Psychiatry Research*, 106, 2001, pp. 113-122
- Newberg A.B., d'Aquili E., Rause V., *Why God Won't Go Away: Brain Science and the Biology of Beliefs*, Ballantine Books, New York, 2001 (trad. it. *Dio nel cervello*, Mondadori, Milano, 2002)
- Penfield W., *The Mystery of the Mind: A Critical Study of Consciousness and the Human Brain*, Princeton University Press, Princeton, 1975 (trad. it. *Il mistero della mente*, Vallecchi, Firenze, 1991)
- Pensa C., *La tranquilla passione*. Ubaldini, Roma, 1994

### Bibliografia

- Persinger M. A., *Neuropsychological Bases of God Beliefs*, Praeger, New York, 1987
- Pjatigorskij A., “La riontologizzazione del pensiero nel buddhismo”, *Conoscenza religiosa*, 4-1978, 1/2-1979, 1-1980
- Raichle M., “L’attività del cervello a riposo”, *Le Scienze*, maggio 2010, 501, pp. 54-59
- Rainville P., Hofbauer R.K., Bushnell M.C., Duncan G.H., Price D.D., “Hypnosis Modulates Activity in Brain Structures Involved in the Regulation of Consciousness”, *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14, 2002, pp. 887-901
- Revel J. F., Ricard M., *Il monaco e il filosofo*, Neri Pozza, Milano, 1997 (*Le Moine et le philosophe*, 1997)
- Safran J. (ed.), *Psychoanalysis and Buddhism. An Unfolding Dialogue*, Wisdom Publications, Boston, 2003
- Schneiderman S., *Jacques Lacan: The Death of an Intellectual Hero*. Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1983
- Servadio E., *Considerations psychoanalytiques sur le yoga*. Comunicazione al XV Congresso Internazionale di Psicoanalisi, Parigi, 1938, testo inedito, citato in: Servadio E., “Psicoanalisi e Yoga” (II parte), *Luce e Ombra*, 1947, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it)
- , “Psicoanalisi e Yoga” (II parte), *Luce e Ombra*, 1947, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it)
- , “Psicoanalisi e Yoga”, *Ulisse*, 1961, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it)
- , “Scoprire l’inconscio praticando lo yoga”. *Il Messaggero Veneto*, 2-7-1985
- , *Psicoanalisi e pensiero orientale*, Relazione alla IX Giornata dello Yoga, Roma, 1986, [www.emilioservadio.it](http://www.emilioservadio.it)
- Siegel J., *Mindfulness e Cervello*, Cortina, Milano, 2009
- Stern D., *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*, WW Norton & Company, New York, 2004 (trad. it. *Il momento presente*, Cortina, Milano, 2005)
- Tagliagambe S., “Il presente e l’ontologia delle relazioni”, *Il Presente, ATQUE*, Rivista semestrale di materiali tra filosofia e psicoterapia, a cura di P.F. Pieri, Moretti e Vitali edizioni, Bergamo, 2008
- Thich Nhat Hanh, *The Miracle of Mindfulness*, trans. by Mobi Ho, Beacon press, Boston, 1975 (trad. it. *Il miracolo della presenza mentale*, Ubaldini, Roma, 1992)

### Bibliografia

- Thompson M.G., *The Death of Desire*, New York University Press, New York, 1985
- Urgesi C., Aglioti S.M., Skrap M., Fabbro F., “The Spiritual Brain: Selective Cortical Lesions Modulate Human Self Transcendence”, *Neuron*, 65, 2010, pp. 309-319
- Wallace A., *The Attention Revolution*, Wisdom Publications, Sommerville, MA, 2006 (trad. it. *La rivoluzione dell’attenzione*, Astrolabio, Roma, 2008)
- Watts A., *Psychotherapy East and West*, New York, 1961 (trad. it. *Psicoterapie orientali ed occidentali*, Roma, Astrolabio, 1978)
- Wilden A., *The Language of the Self*, Johns Hopkins University Press, Baltimore, 1968
- Wilhelm R., *Il segreto del fiore d’oro. Introduzione di C.G. Jung*, Bollati Boringhieri, Torino, 2001 (*Das Geheimnis der goldenen Blüte*, 1929)
- William J., *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1985 (I ed. 1902, trad. it. *Le varie forme dell’esperienza religiosa*, Morcelliana, Brescia, 1988)
- Wilson E., *Consilience. The Unity of Knowledge*, New York, Knopf, 1998 (trad. it. *L’armonia meravigliosa*, Mondadori, Milano, 1999)
- Zolla E., *Uscite dal mondo*, Adelphi, Milano, 1992



## Gli autori

Gherardo AMADEI, medico, psichiatra, psicoanalista ASP, professore associato di Psicologia dinamica presso la Facoltà di Psicologia dell'Università di Milano-Bicocca. Da più di vent'anni lavora privatamente come psicoanalista a orientamento relazionale, come supervisore di casi clinici e ora anche come insegnante di *mindfulness* secondo il modello MBSR, in cui si è formato presso la University of Massachusetts.

Franco FABBRO, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile presso l'Università di Udine. Per numerosi anni si è occupato di neurolinguistica del bilinguismo e di neuropsicologia degli stati non ordinari di coscienza, religione e personalità. È autore di numerosi articoli scientifici e volumi, tra i quali: *Destra e sinistra nella Bibbia* (Guaraldi, Rimini, 1995); *Il cervello bilingue* (Astrolabio, Roma, 1996); *Neuropedagogia delle lingue* (Astrolabio, Roma 2004); *Neuropsicologia dell'esperienza religiosa* (Astrolabio, Roma, 2010).

Graziano GRAZIANI, medico, psichiatra, neuropsichiatra infantile presso il Dipartimento di Salute Mentale ASL 4 (Prato), membro ordinario della SPI. È stato docente di Storia della Psicologia (Università di Firenze) e Presidente del Centro Psicoanalitico di Firenze. Membro dell'Associazione "Esperienze di Mindfulness", si è formato in questo campo presso la University of Massachusetts.

*Gli autori*

Anthony MOLINO, membro associato della Società Italiana di Psicoterapia Psicoanalitica (S.I.P.P.). Antropologo, traduttore e psicoanalista di formazione anglo-americana. In Italia ha pubblicato diversi libri tra i quali *Psicoanalisi e buddismo* (R. Cortina, 2001) e *Tra sogni del Buddha e risvegli di Freud*, curato assieme a Roberto Carnevali (Arpanet 2010). Vive e lavora a Pescara.

Antonio VITOLO, analista didatta dell'Associazione Italiana e Internazionale di Psicologia Analitica (AIPA), curatore di opere di C.G. Jung, E. Neumann, M.L. von Franz, con traduzioni, introduzioni, monografie per i tipi di Astrolabio, Bollati Boringhieri, Bompiani, Il Saggiatore, Marsilio, Vivarium.





*Prodotto da*

**IL TORCOLIERE** • *Officine Grafico-Editoriali d'Ateneo*  
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI NAPOLI "L'Orientale"  
finito di stampare nel mese di Marzo 2012

