

Claudio Naranjo

*GUARIRE*  
LA MENTE  
PER SALVARE  
*IL MONDO*

*Saggi psicospirituali*

*A cura di*

MARIA GRAZIA CECCHINI

Solo un cambiamento di coscienza può riuscire a trasformare il mondo. Solo una trasformazione personale può condurre a modifiche durature in ambito sociale. La via intellettuale della psicoterapia e la via spirituale della meditazione possono dialogare in maniera proficua, attivando un processo psicospirituale di conoscenza profonda di sé indispensabile per il risveglio di una coscienza etica collettiva.

Casa Editrice Astrolabio

*Prologo*

“Come ti spieghi l’entusiasmo dei tuoi seguaci e, secondo te, cosa trovano nei tuoi insegnamenti che li fa sentire sostenuti nel loro cammino?”, mi domandò qualche tempo fa David Flattery, mio grande amico. Una domanda interessante, per la quale tuttavia non avevo una risposta. Allora David mi chiese il permesso di provare a scoprirlo attraverso una piccola indagine. A prescindere dal risultato della sua inchiesta, già riuscivo a immaginare la potenziale utilità delle mie parole sul risveglio della coscienza e il suo oscuramento, sui ‘percorsi’ di crescita e autoconoscenza, sullo spirito apollineo e dionisiaco, sull’amore e, soprattutto, su come possiamo contribuire all’evoluzione della nostra società malata. Non ho mai enunciato un ‘credo’ vero e proprio, che integrasse le mie diverse percezioni, ma molte persone hanno trovato nei miei insegnamenti quel nutrimento a cui allude la frase: “non di solo pane vive l’essere umano”. Nel Vangelo il cibo spirituale è descritto come ‘la parola di Dio’, ma oggi potremmo tradurlo semplicemente con ‘verità’, ‘saggezza’ o ‘insegnamento’ (termini solitamente utilizzati anche per rendere l’espressione buddhista *dharmā*). Gli insegnamenti che trasmettono una comprensione vivida dell’esistenza e della mente rappresentano una terapia filosofica in grado di contribuire a salvarci la vita, a condurci sulla retta via, a trovare la via d’uscita dal labirinto della confusione, a orientarci nei momenti critici.

Anche se, all’epoca, non trovai la motivazione sufficiente a rispondere alla domanda di David Flattery attraverso un elenco dei miei insegnamenti o attraverso una formulazione sistematica delle mie idee originali, devo ringraziarlo per avermi stimolato a riunire in un unico libro pensieri già esposti in precedenza, in conferenze o in scritti diversi. L’avrei potuto intitolare *Saggi spirituali* o, adottando un termine di moda nella mia professione, *Saggi transpersonali*. Ma, poiché in campo transpersonale si è preferito evitare il termine ‘spirito’ in un

mondo materialista, ho sempre accuratamente evitato la parola 'transpersonale', che considero un eufemismo, un'espressione propagandistica per l'aspetto spirituale adottata nell'ambiente della psicologia accademica. Anche se non sono un fan degli psicologi transpersonali nordamericani, fondatori di questa disciplina, condivido il loro interesse per l'integrazione tra spirituale e terapeutico, nonché la comprensione di come la spiritualità si combini agli aspetti propriamente psicologici. Nasce da queste considerazioni il titolo definitivo del libro: *Guarire la mente per salvare il mondo. Saggi psicospirituali*.

1

L'ambito transpersonale

Come ho spiegato nel *Prologo*, preferisco in genere evitare il termine 'transpersonale', adottando piuttosto l'espressione 'psicospirituale', per due motivi: da un lato, perché ho l'impressione che il mondo scientifico lo utilizzi come eufemismo propagandistico della parola 'spirituale'; dall'altro, per via del mio alquanto limitato apprezzamento della comunità transpersonale nordamericana.

Il titolo di questo capitolo rappresenta un'eccezione, perché scritto su incarico di una rivista transpersonale. Non ricordo per quale ragione l'articolo alla fine non venne pubblicato, ma ora me ne rallegro, perché mi sembra un'introduzione perfetta per questo nuovo libro.

Alcuni tra i saggi inclusi, benché il sottotitolo li definisca 'psicospirituali', potrebbero essere considerati sociopolitici. Tutti appartengono alla categoria denominata da Wilber 'sociologia transpersonale', che approfondirò nella parte finale del capitolo. Alternativamente potremmo chiamarli anche saggi di 'spiritualità impegnata', facendo riferimento all'attivismo sociopolitico di una mente risvegliata che si propone di proteggere la vita. Avrei dunque potuto scegliere come sottotitolo anche "Saggi sociopolitici e psicospirituali", benché le riflessioni e l'impegno di cui parlo, in teoria, dovrebbero essere impliciti nel termine 'transpersonale'.

A PROPOSITO DI MISTERO,  
COSCIENZA E VERITÀ ULTIMA

Le tradizioni spirituali vive perseguono un obiettivo diverso dalla scienza perché, per definizione, sono contrassegnate da un approccio esperienziale. Oltre ad avere un carattere prescrittivo, tali tradizioni offrono considerazioni solitamente chiamate 'insegnamenti' e

sostengono che metterli in pratica contribuisca al processo di trasformazione in grado di condurre alla verifica esperienziale.

Molte affermazioni che hanno origine nell'ambito delle tradizioni ed esperienze spirituali potrebbero essere denominate 'misteri'. Parleremmo dunque del mistero del dualismo (come tra *yin* e *yang* o tra Siva e Śakti) o di quello della trinità, ma anche del 'mistero del nulla', e con ciò intendo dire che l'essenza del misterioso non può essere trovata in mappe ideate dalla mente discorsiva.

Con una formula più basilare potremmo definire tutto questo come il 'mistero del mistero', sostenendo semplicemente l'esistenza di un regno esperienziale distinto da quello delle percezioni sensoriali ed emotive, dei pensieri, dei desideri e della volontà; dunque, un mondo sottile o una verità fondamentale, di cui il mondo così come appare rappresenta soltanto un riflesso.

PERCHÉ DOVREMMO CREDERE CHE CI SIA  
QUALCOS'ALTRO OLTRE A QUANTO PERCEPITO  
DALLA MENTE ORDINARIA?

In primo luogo, perché alcune persone sperimentano tale livello superiore, anche se la scienza rifiuta di accogliere le loro inferenze in quanto diffida della soggettività e preferisce piuttosto considerare le credenze religiose o spirituali come forme di malattia, di immaginazione, di soddisfazione di desideri o di irrazionalità superstiziosa.

Il senso comune accetta l'idea che, se una certa percentuale di persone sperimenta il regno, intrinsecamente prezioso, del mistero e del trascendente, ciò costituisce un possibile indizio della sua esistenza, benché la scienza sia in contrasto con il buon senso.

Una ragione ancor più valida per riconoscere il mistero del mistero è la constatazione che lo sperimentano persone realmente speciali, considerate sagge o persino sante, in virtù dei loro meriti. Analogamente, nel mondo delle arti la bellezza è percepita in modo particolare da chi può contare su una sensibilità artistica fuori dal comune. Quando diamo retta ai critici letterari, o accettiamo il giudizio degli esperti sulle nuove composizioni musicali, non stiamo forse riconoscendo implicitamente questo dato di fatto?

Dunque l'insistenza dello scientismo nel negare ciò che non risul-

ta evidente per la totalità delle persone equivale a invalidare non soltanto il senso comune, ma anche la saggezza e la genialità religiosa. Questo atteggiamento si riflette nei programmi educativi, che prevedono in genere una visione panoramica delle arti, in ogni luogo ed epoca, però non ritengono rilevante includere i punti di vista di personaggi considerati gli iniziatori di vere e proprie culture, o persino civiltà, come i saggi vedici, Lao-tze, Confucio, Maometto, Buddha e tanti altri; fanno eccezione soltanto alcune figure appartenenti al mondo giudaico-cristiano, principalmente per ragioni di convenienza e politica.

Ad ogni modo, non è la scienza propriamente detta a rifiutare qualsiasi autorità distinta dalla propria, bensì lo scientismo. Forse un giorno la scienza riuscirà finalmente a liberarsi dalla sua arroganza patriarcale.

Le varie religioni hanno dichiarato cose diverse riguardo al mistero ineffabile e indescrivibile e, a volte, si sono occupate maggiormente della speculazione piuttosto che della realizzazione esperienziale. Per questo motivo, nell'ambito del cristianesimo i teologi si sono imposti sui mistici e, in varie occasioni, i dottori della legge islamica li hanno giustiziati.

Alcuni parlano di Dio, altri della natura di Buddha o del Tao, altri ancora della molteplicità dello spirito o del dualismo cosmico del bene e del male: dovremmo preoccuparci di scoprire quale sia la prospettiva corretta? O non è forse preferibile considerare la diversità di simboli e linguaggi come un indicatore della natura multiforme del mistero, aperto perciò a traduzioni e interpretazioni intellettuali alternative?

Benché alcuni individui siano riusciti a combinare prospettive diverse nella loro esperienza e ci offrano il frutto di tale integrazione, nutro seri dubbi circa l'utilità del proposito scientifico di fare congetture 'sull'unità nella diversità' dell'esperienza viva.

A volte il mistero si chiama 'verità' perché, per chi ha accesso alla sua comprensione esperienziale o gnosi, tutto il resto non è niente più di un riflesso, una realtà apparente che cela una sottostante unità. Per esempio, dall'analisi dei Vangeli apocrifi risulta chiaro che, quando Gesù Cristo disse: "La verità vi farà liberi",<sup>1</sup> non si riferiva al carattere terapeutico della confessione, ma piuttosto alla

<sup>1</sup> Giovanni 8, 32. *Nuova Riveduta*, 2006.

gnosi, in grado di percepire la verità profonda alla base di tutte le cose.

Nel buddhismo mahāyāna si dice che esista la verità della vita ordinaria e delle sue percezioni multiple, e la verità assoluta del *dharma-kāya*, o realtà sottostante.

Affermando che la storia della filosofia occidentale costituisce una serie di note a piè di pagina a Platone, Whitehead<sup>2</sup> suggeriva implicitamente che la motivazione specifica dei filosofi sia stata quella di comprendere la dimensione misteriosa del mondo ordinario; questa posizione corrisponde al significato originario attribuito da Pitagora al termine 'filosofia'. A causa dell'influenza della scienza, nondimeno, tale 'idealismo' è praticamente scomparso dal campo della filosofia, fatta eccezione per qualche fisico o biologo. Dovremmo ipotizzare che questa svolta contro l'idealismo rifletta un'evoluzione della scienza, risultato della volontà di eliminare l'immaginazione superstiziosa, o è più probabile rifletta piuttosto una limitazione intrinseca della ragion pura?

Oggi sappiamo che i due emisferi cerebrali, uno razionale e l'altro intuitivo, elaborano i dati in forma diversa. Ma siamo riusciti a integrare queste due modalità percettive? La nostra cultura è diventata progressivamente sempre più razionale, come dimostrato dal fatto che in campo educativo venga attribuita priorità alla scienza rispetto alle discipline umanistiche. Gli umanisti erano convinti che, attraverso la lettura dei classici, saremmo diventati più saggi, autenticamente umani. Purtroppo le scienze umane sono state declassate a erudizione e vanità, perdendo il loro significato originario. Ciononostante, sappiamo che soltanto la mente intuitiva ci permette di percepire le cose nel loro contesto e di nutrire valori umani.

La mente razionale considera la coscienza come un prodotto del cervello o un semplice epifenomeno. Secondo la mente intuitiva, la coscienza può essere esplorata sul piano fenomenologico, attraverso un'immersione esperienziale nel suo mistero, grazie alla quale scopriamo che la totalità dell'universo materiale, compreso il cervello stesso, esiste *nella* coscienza e, in ultima analisi, è coscienza.

Analogamente all'utilizzo di entrambi gli occhi nella visione, la ra-

gione per cui disponiamo di ragione e intuizione non potrebbe essere quella di consentirci di percepire i fenomeni da due punti strategici differenti? Se osserviamo le cose da due prospettive, in contemporanea, riusciamo a coglierne la profondità. Ma che tipo di profondità può derivare dall'integrazione tra la ragione e l'intuizione?

Se la verità è la coscienza, e la coscienza è la verità ultima, ciò equivale a sostenere che tale verità ultima sia dentro di noi, che l'*ātman* sia Brahman, che il Figlio sia il Padre, e così via. Ma come facciamo ad affermare di non essere coscienti della coscienza? Che senso ha dire che la coscienza non sia cosciente di se stessa?

Forse la luce della coscienza, paradossalmente, non è poi così misteriosa come l'oscurità dietro alla quale si nasconde; il mistero è meno misterioso rispetto alla nostra cecità, che ci allontana dalla nostra luce intrinseca.

L'ignoranza, l'inconsapevolezza, l'*avidyā* rappresentano una sfida difficile che la scienza spirituale è chiamata ad affrontare.

#### A PROPOSITO DELLA TRASFORMAZIONE

Tradizionalmente la vita degli esseri umani è stata descritta, sul piano simbolico, come una caduta seguita da un ritorno alla propria origine celestiale invisibile o trascendente.

Chi ha realizzato fino in fondo il viaggio interiore ci racconta che l'evoluzione umana non consiste unicamente in un progresso dall'inconsapevolezza animalesca a una raffinata coscienza umana (e, a mio parere, soltanto l'arroganza potrebbe dubitarne).

Ci basta l'osservazione di sé per scoprire il dolore della separazione che risiede al nostro interno; mentre la nostra conoscenza della storia sembra dimostrare come l'esordio del patriarcato e della civiltà abbia rappresentato una transizione traumatica verso la violenza, l'ingiustizia, la perdita della compassione e l'alienazione degli istinti.

Di conseguenza possiamo concepire lo sviluppo psicospirituale come un recupero della salute originaria e una reintegrazione delle funzioni alienate. Il viaggio interiore ha inizio con un anelito, che implica il riconoscimento della sofferenza e dei limiti, ma anche della volontà di spingersi oltre il conosciuto.

<sup>2</sup> A. North Whitehead, *Il processo e la realtà. Saggio di cosmologia*, Bompiani, Milano 1965.

## Indice

Prologo . . . . .	pag. 7
1. L'ambito transpersonale . . . . .	» 9
2. Il viaggio interiore . . . . .	» 24
3. Riflessioni sulla meditazione e la psicoterapia . . . . .	» 44
4. Aspetti della disciplina emergente della conoscenza di sé . . . . .	» 63
5. Le fissazioni come chiave per la trasformazione del carattere . . . . .	» 74
6. Dimensioni della coscienza . . . . .	» 91
7. La musica come cibo spirituale . . . . .	» 111
8. Il non attaccamento . . . . .	» 124
9. Gli psichedelici alla luce della morale e all'ombra della virtù . . . . .	» 130
10. Śiva, Dioniso e Osiride . . . . .	» 140
11. Il mistero dell'asceta erotico . . . . .	» 145
12. Dalla mente insulare all'uomo totale . . . . .	» 151
13. Per una politica della coscienza . . . . .	» 164
Una panoramica del contenuto di questo libro . . . . .	» 179

CLAUDIO NARANJO

GUARIRE LA MENTE PER SALVARE IL MONDO

*Saggi psicospirituali*

Emerge da queste pagine, frutto di interventi di Claudio Naranjo in contesti e situazioni diverse tra il 2014 e il 2018, tutta la profondità della sua riflessione critica sulla dimensione collettiva e sociale del cambiamento, tappa successiva e sempre più imprescindibile a quella individuale della trasformazione della coscienza.

Con la sua inconfondibile capacità affabulatoria e varietà di riferimenti, Naranjo tocca una gamma molto ampia di argomenti tenendo ben saldo il filo profondo che li collega. Lo sviluppo psicospirituale è concepito come un recupero della salute originaria: il viaggio interiore ha inizio con un anelito che implica il riconoscimento della sofferenza e dei limiti, ma anche della volontà di spingersi oltre il conosciuto. In questo senso, l'orientamento della psicoterapia e quello della meditazione rappresentano aspetti diversi di un unico processo, che può condurre al superamento dei condizionamenti e alla conoscenza di un sé più autentico. Naranjo approfondisce l'aspetto del viaggio interiore o viaggio dell'eroe, quello della trasformazione del carattere attraverso lo studio dell'enneagramma, la concezione della musica come cibo spirituale e il tema degli psichedelici e del loro possibile uso in senso terapeutico, estremamente attuale, su cui Naranjo aveva già espresso valutazioni illuminanti legate alla morale e all'etica. Viene trattato il concetto di 'non-attaccamento' da diverse angolature spirituali e il tema mitologico dell'asceta erotico, per concludere il quadro con l'argomento cruciale del legame tra etica, politica e trasformazione della coscienza.

Ben consapevole di quanto la politica abbia ignorato la dimensione della coscienza promuovendo un'inconsapevolezza sempre più profonda, e di quanto l'etica del profitto si sia sostituita a quella dei valori, Naranjo individua l'unica possibile via di salvezza nella nascita di una vera 'politica della coscienza', che passi necessariamente attraverso il processo educativo, dunque attraverso la scuola.

\* \* \*

CLAUDIO NARANJO (1932-2019), psichiatra cileno, pioniere nel lavoro sperimentale e teorico di integrazione tra psicoterapia e tradizioni spirituali, figura di riferimento per la Terapia della Gestalt, è stato successore di Fritz Perls presso l'Istituto Esalen. Il suo interesse per le tradizioni spirituali lo ha portato in contatto con diversi maestri, tra i quali Idries Shah, Oscar Ichazo e Tarthang Tulku Rinpoche. Ha sviluppato la 'psicologia degli enneatipi' a partire dalla proto-analisi di Ichazo e ha fondato l'Istituto SAT, una scuola di integrazione psicospirituale. Ha portato il suo lavoro in tutto il mondo, sottolineando l'urgenza di una radicale trasformazione nell'educazione e nell'insegnamento, per cambiare il corso catastrofico della storia.

In questa collana sono già comparsi *Carattere e nevrosi*, *La via del silenzio e la via delle parole*, *Per una Gestalt viva*, *Esperienze di trasformazione con l'enneagramma*, *Gli enneatipi nella psicoterapia*, *Saggi sulla psicologia degli enneatipi*.