

LE POLARITÀ TRA GESTALT E TRADIZIONE

di Sergio Mazzei
Direttore dell'Istituto Gestalt e Body Work

Nihil humani a me alienum puto
"Nulla di ciò che è umano mi è estraneo"
Publio Terenzio Afro

Roger Sperry, premio Nobel per le sue ricerche nel campo della neurobiologia, nei suoi studi per il trattamento chirurgico dell'epilessia¹, operando la resezione (*split-brain*) della formazione commissurale interemisferica del *corpo calloso*, e cioè impedendo di fatto ai due emisferi cerebrali di comunicare tra di loro, scoprì che questi sono specializzati nello svolgimento di funzioni cognitive altamente differenziate.

Insieme ai suoi collaboratori Hubel e Wiesel dimostrò, mediante somministrazione di test neuropsicologici, numerose e specifiche caratteristiche che sono presiedute dai due lati del cervello. Risulta inoltre, anche da successivi studi e approfondimenti in merito compiuti da altri autorevoli autori quali E. Morin con il suo *principio dialogico*² e J. Jaynes con la sua *mente bicamerale*³, che le esperienze mentali si manifestano simultaneamente ed in modo differenziato e prevalentemente conflittuale.

Per quanto non sia del tutto confermato dalla ricerca scientifica un vero e proprio "*dualismo neurofisiologico*", essendo stati tali risultati spesso manipolati nei miti degli anni '60 a causa di una vera e propria moda dei "*due cervelli*", l'emisfero sinistro, che regola la parte destra del corpo, è considerato "*categoricale*", con funzioni di logica e di razionalità. Presiede al linguaggio e al calcolo e sembrerebbe prediligere il processo secondario, il principio di realtà freudiano. L'emisfero destro invece, che controlla la parte sinistra, è "*rappresentazionale*", onirico, raffigurativo, e si esprime con modalità artistiche e creative, istintuali prediligendo piuttosto il processo primario.

In linea con queste differenze generali ecco di seguito una tabella che ho liberamente elaborato senza ovviamente alcuna base scientifica su alcune possibili polarità degli emisferi ma certamente ricorrenti come sue espressioni nell'esperienza umana:

EMISFERO DESTRO / EMISFERO SINISTRO
PRIMARIO / SECONDARIO
ISTINTO / RAGIONE
EROS / THANATOS
DIONISO / APOLLO
OSIRIDE / HORUS
SHIVA / VISNU
ES / IO
SOLVE / COAGULA
DEMONE / ANGELO
SERPENTE / AQUILA
NEGAZIONE / AFFERMAZIONE
DISTRUTTORE / CONSERVATORE
LIBERTÀ / CONTROLLO
DISSOLUTO / INTEGRO

INTUIZIONE / LOGICA
ARTE / MATEMATICA
ANALOGICO / DIGITALE
SEPARAZIONE / CONNESSIONE
CREATIVITÀ / ADATTAMENTO
DRAGO / EROE
PAZZIA / SENNO
ANTITESI / TESI

Le neuroscienze hanno dimostrato la laterizzazione degli emisferi solo di recente ma nella ricerca spirituale dell'umanità (*philosophia perennis*) tale polarità è sostenuta da millenni.

Nei suoi scritti, Carlos Castaneda riporta gli insegnamenti di Don Juan che gli rivela la natura della conoscenza sciamanica. Lo sciamano attinge dal mondo del *Nagual* che si contrappone a quello del *Tonal*. Il *Tonal* è il mondo della consapevolezza ordinaria, la cosiddetta "realtà", e quindi il dato osservabile attraverso i sensi ordinari: tutto ciò che è razionale e logico. Al contrario, ciò che è invisibile ovvero percepibile solo acquistando la "visione": la "realtà separata", il regno del mistero, dell'*astrale*, che si manifesta attraverso l'intuizione, nella fantasia, nel sogno e che si può esprimere con la metafora e col simbolo appartiene al mondo del *Nagual*.

Dice Castaneda: "Tutta l'organizzazione dell'insegnamento di don Juan si basava sull'idea che l'uomo ha due tipi di consapevolezza. Li chiamava lato destro e lato sinistro e di conseguenza differenziava i propri insegnamenti in lezioni per il lato destro e lezioni per il lato sinistro. Descriveva il primo come lo stato normale per tutti noi, ovvero lo stato di consapevolezza necessario nella vita di ogni giorno. Diceva che il secondo stava per tutto quanto non era normale, il lato misterioso dell'uomo, lo stato di consapevolezza necessario a esercitare la funzione di sciamano o veggente."⁴

Don Juan afferma infine che il compito dello sciamano è quello di unire il *Tonal* ed il *Nagual*. Egli chiama questa operazione il "colpo del *Nagual*".

Tale ottenimento è di fatto la realizzazione della condizione di "Indifferenza creativa" di cui parla Perls. È il *Punto Zero*, la *Sintesi* hegeliana come risoluzione della polarità *Tesi-Antitesi*, è il *Principio Conciliatore* di Gurdjieff. E' la condizione che può essere realizzata nella meditazione Vipassana quando astenendosi dal giudicare e dall'aver preferenze su ciò che sorge alla propria consapevolezza si "vedono le cose per quelle che sono". È anche l'obiettivo dell'atteggiamento fenomenologico.

Come recita il libro di saggezza, complemento alla *Tavola di smeraldo* di Ermete Trismegisto, il "Kybalion" a proposito del principio di polarità: "tutto è duale, tutto ha due poli, ogni cosa ha il suo opposto. Ogni cosa "è" e "non è" allo stesso tempo, ogni verità non è che una mezza verità e al contempo una mezza falsità. Gli opposti condividono la stessa natura in gradi diversi, gli estremi si toccano, tutti i paradossi possono essere riconciliati."⁵

Anche nella psicoterapia a mio avviso per poter integrare le polarità scisse del paziente bisogna praticare il colpo del *Nagual*. Si devono integrare gli aspetti *Apollinei* e *Dionisiaci*, il *Tonal* e il *Nagual*. Naturalmente è necessario valutare ciò che serve. Se manca l'aspetto *Apollineo*, i cosiddetti "piedi in terra" c'è certo bisogno di sviluppare più concretezza, il "senno", un "fare i conti", la "razionalità", mentre quando è carente l'aspetto *Dionisiaco* allora bisogna imparare a "lasciarsi andare", a sviluppare un po' di istintualità, lasciare il "controllo".

Ovviamente in verità non si deve parteggiare né per l'uno né per l'altro aspetto. Non è il caso di provocare gli psicotici ed i bambini perché sono già abbastanza pazzi per conto loro, però è il caso di fare impazzire un po' quelli che sono troppo "normali". In psicoterapia è necessario sviluppare una sorta di "fiuto" per valutare cosa fare. In generale si possono dividere i disturbi psicologici in tre principali categorie:

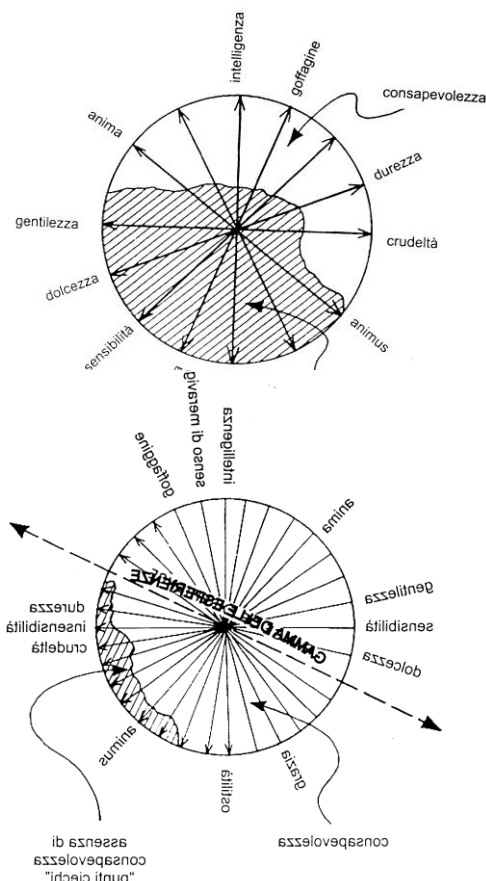
- 1) Nevrotici
- 2) Borderline
- 3) Psicotici

Nei disturbi psicotici e borderline, naturalmente non è l'aspetto *Dionisiaco* che va sviluppato, bensì quello *Apollineo*. Bisogna aiutare questi pazienti per mezzo di una modalità empatica e di sostegno a "costruire un ponte", una "struttura coesiva interna" del Sé fatta di autostima e fiducia in se stessi che possa interporre tra il mondo irrazionale e caotico degli istinti e la necessità di adattamento alla vita sociale. Paradossalmente in questi casi bisogna aiutare queste persone a rinforzare il proprio sistema difensivo, ad andare alla ricerca di un *centro coesivo* per poter esercitare maggiore controllo su di sé.

Al contrario, nella maggior parte delle persone, e in modo particolare in quelli "giusti e ben adattati", poiché statisticamente parlando sembra che siano in maggioranza a causa della sempre più massiccia massificazione attraverso l'ipnosi telematica e sociale, dobbiamo aiutare attraverso le "tecniche di svelamento", a *disipnotizzarsi*, a rigettare gli *introietti* e a prendere contatto con le parti rimosse che sono le parti negate. Le tecniche di svelamento quali l'*identificazione nel sintomo e/o nel fantasma*, l'*inibizione delle generalizzazioni* e del *parlare di...* focalizzando piuttosto sul *parlare a...*, l'*amplificazione*, il *sottolineare il "doverismo e l'intornismo"*, il richiamare l'attenzione sull'*esperienza del qui e ora*, il *rispecchiamento* attraverso i feedback nelle esperienze di gruppo, ecc., servono proprio per aiutare questo tipo di individui a riconoscere ciò che negano.

Quindi un aspetto importante del lavoro terapeutico è quello di svelare, di aiutare a prendere consapevolezza degli aspetti del sé negati. Il concetto di rimozione esprime fondamentalmente la negazione dell'evidenza, dell'*ovvio*. Nel concetto dell'*auto-interruzione* di cui parla Perls si sottolinea proprio la caratteristica nevrotica della *negazione dell'ovvio*. Ci si limita continuamente nel proprio potenziale creativo impedendo di far affiorare alla coscienza quello che Freud chiama "*inconscio*" che per la Gestalt, in cui si sottolinea la propria responsabilità in ciò che si sceglie di vedere, rappresenta sostanzialmente il rifiuto di "prestare attenzione", il nostro bisogno di evitamento di "vederci". In altre parole si fa la scelta "inconscia" di essere "inconsci" limitando pertanto l'auto-osservazione.

In queste figure che ho preso dal libro di Zinker⁶ possiamo avere una rappresentazione grafica del modo in cui noi limitiamo la consapevolezza dei nostri aspetti polari.



In questo primo esempio abbiamo un persona particolarmente disturbata (probabilmente una femmina essendo evitante dell'aspetto "*animus*") che rimuove la consapevolezza di una grande quantità di caratteristiche (tratteggiate in nero) e che potremmo definire di tipo "*positivo*" quali grazia, sensibilità, dolcezza, gentilezza, prediligendo piuttosto manifestarsi in aspetti quali la durezza e la crudeltà. Si tratta di un tipo prevalentemente orientato a mostrarsi "*forte*" e, seppur intelligente, evitando di contattare la propria ottusità non può fare a meno di apparire anche goffo.

Naturalmente possiamo trovare anche molte persone che si manifestano in maniera diametralmente opposta: sempre gentili e mai consapevoli della propria crudeltà: dolci, affabili e sensibili che respingono la possibilità in se stessi di essere altrimenti.

In questo secondo esempio abbiamo invece una persona (anche in questo caso credo una femmina con scarso

contatto con il proprio “animus”) molto consapevole e quindi particolarmente “sana”. La rimozione infatti è minima. Queste rappresentazioni grafiche significano fondamentalmente che se noi abbiamo un aspetto, abbiamo anche l’altro... “di ogni verità, è vero anche il suo contrario”: se siamo carini... da qualche altra parte siamo anche qualcosa di meno edificante.

E’ mia opinione che la nostra società moderna sia particolarmente orientata all’immagine e sia sempre più esaltata nel mito della personalità. È richiesto il camuffamento di gran parte del nostro essere con la conseguenza di dover togliere dal nostro manifestarci tutto ciò che può essere discutibile per noi o per gli altri.

In “*La nascita della tragedia*”, Nietzsche auspicava l’avvento dello spirito Dionisiaco come espressione dello slancio vitale, istintivo e irrazionale, come unico rimedio alla “moralità degli schiavi” indotta dalla cultura cattolica nella quale Dioniso è rifiutato essendo considerato un diavolo con corna e zoccoli. D’altra parte nell’antica Grecia Dioniso era anche chiamato con l’epiteto di *Eleutherios* che significa letteralmente *libero* in quanto considerato il Dio dell’ebbrezza capace di liberare gli uomini attraverso l’esperienza dell’estasi.

Dioniso era mezzo Dio e mezzo uomo, figlio di Giove e di una mortale (di non certa identità: Persefone, Semele, Demetra, Io, Lete, ecc.), rapito con l’inganno, ucciso, fatto a pezzi e poi divorato dai Titani mandati da Giunone arrabbiata con Giove in quanto gelosa perché l’aveva tradita e perché in più voleva farne il suo successore sulla terra. Nei *Canti Orfici* infatti Dioniso è definito come “*l’ultimo re degli dei, investito da Zeus; il padre lo pone sul trono regale, gli dà lo scettro e lo fa re di tutti gli dei*”. Questo riconoscimento ci illumina sulla importanza per la condizione umana di integrare ciò che questo Dio-Uomo rappresenta.

Nel mito, gli avanzi del crudele pasto dei Titani furono in parte trovati da Apollo che li ricompose e custodì e in parte da Atena che ritrovò il suo cuore. Successivamente, secondo una versione, Giove, che entrò in possesso delle parti mancanti del figlio Dioniso, avrebbe mangiato il suo cuore per poi unirsi con Semele e partorisce da una sua coscia. In una seconda versione invece fu Semele che mangiò il cuore di Dioniso dandogli poi una seconda vita.

Il processo di morte e rinascita è presente in molti altri miti del passato. Anche Osiride, come Dioniso, fu ucciso e smembrato da suo fratello Seth (Satana) per poi resuscitare a nuova vita. Questo processo di morte e rinascita è evidentemente una metafora che si applica molto bene nel lavoro della Gestalt. Così Naranjo⁷ descrive la funzione Dionisiaca: “*Dioniso è un dio dell’ombra, un dio che discende nell’Ade, va a salvare sua madre, la prende, come Orfeo, ma Dioniso riesce a farlo mentre Orfeo non vi riesce con Euridice. Dioniso ha una gran familiarità con l’Ade e salva Semele. In alcuni miti non è solo figlio di Semele, ma anche di Persefone; un dio con due madri è una cosa rara. E’ un dio infernale, il dio dell’Ade, il dio dell’ombra e questo è anche il grande potere della Gestalt: integrare l’aspetto rifiutato. Anche se tutta la psicoterapia tende ad integrare l’ombra, la Gestalt ha più familiarità con il mondo demoniaco, ha meno paura del mondo ‘infernale’, più fede nell’animalità che la cultura ha satanizzato, e questo porta ad una più ampia integrazione.*”

Anche di Perls si diceva che fosse un uomo che aveva sia l’aureola che le corna. Questa “*pazza saggezza*” la ritroviamo in diverse culture tra cui nel Buddhismo e in particolar modo in quello tibetano ove tale caratteristica del “*rompere gli schemi*” è sovente un connotato di molti maestri illuminati. La storia del santo Kunga Legpa è ricca di aneddoti della sua vita in cui con atteggiamenti sconcertanti di humour corrosivo riusciva a modificare rigidi atteggiamenti di allievi e monaci che avevano dimenticato l’essenza degli insegnamenti colpendoli senza pietà nei propri pregiudizi. Una tra le tante racconta di quando Kunga Legpa intervenne in un dibattito tra dei monaci chiedendo loro: “*Cosa fate, o monaci?*”. “*La discussione serve a scacciare dalla mente le idee sbagliate sull’aspetto filosofico dell’insegnamento. Ma ora non distrarci, siediti e stai zitto*”, risposero quelli. “*Anch’io me ne intendo un po’ e ho una bella questione filosofica da proporvi*”, disse il Maestro. Con ciò emise una fragorosissima e mefitica scorreggia, la raccolse con una mano, la mise sotto il naso di un monaco e, dopo il rituale battito di mani, gli chiese: “*Cos’è venuto prima,*

l'aria o la puzza? Quale delle due genera l'altra?" I monaci schiumarono di rabbia: *"ehi mentecatto, noi non siamo i tuoi zimbelli, capito? Ora vattene!"* *"Non siate così orgogliosi"*, - disse Kunlè (Kunga Legpa), - *"rilassatevi un po'! La nostra pratica spirituale è semplicemente diversa, la mia pacifica lo spirito, la vostra non calma neanche le passioni. Guardatevi, siete tronfi e isterici come una vecchia zitella cui hanno pestato un callo! A che vi serve studiare logica?"*⁸

Hermann Hesse, che fu in analisi con Jung, ha scritto un bellissimo libro in cui rappresenta la polarità di contrasto fra spirito e natura, *"Narciso e Boccadoro"*. Narciso è l'Apollo che governa gli impulsi e vive in un monastero aspirando a divenire un monaco, è una sorta di praticante di Vipassana: contemplativo, sensibile, molto centrato su di sé e che governa tutte le proprie pulsioni. Al contrario Boccadoro è il Dioniso centrato sui sensi con animo artistico, che vive una vita vagabonda ed è sempre in giro, ha molti amori e fa molte esperienze. Un tipo "vita spericolata". I due nel racconto di Hesse sono grandi amici ma devono dividersi se vogliono "trovare se stessi". Ecco quanto Narciso dice a Boccadoro: *"Non è il nostro compito quello di avvicinarci, così come s'avvicinano il sole e la luna, o il mare e la terra. Noi due, caro amico, siamo il sole e la luna, siamo il mare e la terra. La nostra mèta non è di trasformarci l'uno nell'altro, ma di conoscerci l'un l'altro, d'imparar a vedere ed a rispettare nell'altro ciò ch'egli è: il nostro opposto e il nostro complemento."*⁹

In un altro racconto, *"Il lupo della steppa"*, Hesse descrive invece il processo di trasformazione e di liberazione di un uomo che si rende conto della propria scissione tra l'aspetto "nobile", giusto e controllato e quello invece della "bestia" (il lupo), istintivo e alla ricerca del piacere.¹⁰ In fondo si tratta del tema del ben noto racconto del *"dottor Jekyll e del signor Hyde"* di R. L. Stevenson.



Ecco, questa è una polarità che secondo me rappresenta proprio un aspetto tipico della condizione umana e il lavoro della Gestalt, in modo particolare con i disturbi nevrotici, ovvero ove sono in atto rigide resistenze e interruzioni al confine del contatto, tende a destrutturare la forma rigida, stereotipata e obsoleta, eredità di schemi individuali e collettivi che non funzionano più per restituire all'individuo la sua vitalità istintuale, originale, aiutandolo ad essere ciò che davvero è e non più ciò che gli piacerebbe essere. Quindi c'è questa necessità di lavorare con la *follia*, con la parte *pazza* inespressa. Di lato una divertente rappresentazione proposta da Zinker sulla "estranità" degli aspetti polari in persone che negano le proprie caratteristiche.

Nel mito questo lavoro di integrazione della parte istintuale è spesso descritto come *lotta con il drago* o con il *serpente* (con l'*Ombra* nella definizione Jungiana). E' frequente in terapia che i pazienti mostrino difficoltà di esplorare le proprie emozioni di base quali la paura, la rabbia, la tristezza e i propri desideri. C'è spesso un atteggiamento di rifiuto ad entrare in queste realtà interne (il *drago* o il *serpente*) o per una cosa o per l'altra. C'è un bisogno di "negare la negatività (cosiddetta)". Infatti entrare in contatto con queste emozioni è ovviamente difficile e doloroso. Le si è bloccate in passato attraverso la messa a punto di rigide resistenze e di uno "schema corporeo" che è diventato poi una corazza di difesa dal sentire, dallo sperimentare. Una ridotta respirazione toracico addominale e diffuse contrazioni muscolari croniche assunte come postura quotidiana hanno infatti tenuto a bada l'insorgere delle associazioni con questi vissuti. D'altra parte queste contrazioni sono un compromesso tra "spinta e trattenuto", il che significa che comunque queste emozioni rifiutate rimangono nello sfondo sotto forma di "gestalt aperte" che come sappiamo hanno per propria natura una imperiosa tendenza a chiudersi. C'è quindi l'aspetto che spinge dall'interno associato con la resistenza a manifestarlo, che trattiene, provocando di fatto l'esperienza dell'impasse. Quando nel lavoro terapeutico le si contatta esse tendono a manifestarsi con la stessa antica intensità con cui sono state vissute in passato alla ricerca della propria chiusura per poter ristabilire l'autoregolazione organistica.

In sostanza ciò che “spinge” è l’aspetto dionisiaco, caotico e dissolvente, mentre ciò che “trattiene” è quello apollineo, che vuole ripristinare il controllo sull’istinto.

Nel mito, Apollo, il Dio greco del sole, che era un cacciatore con arco e frecce, colpisce al cuore il Pitone di Delfi uccidendolo. anche se probabilmente è più corretto dire che *lo addomestica, lo doma, lo cavalca* come anche spesso lo si intende nel concetto metaforico di origine orientale del *cavalcare la tigre*. Di fatto ciò significa che l’individuo dopo essersi permesso di penetrare e di lasciarsi andare alla natura del drago, dopo esserne stato *fatto a pezzi e divorato* come accadde a Dioniso, riesce, rinascendo, ad impedire a questa manifestazione feroce e caotica di avere la meglio, riuscendo infine ad esercitare il controllo su di essa. Questo rappresenta il processo del “*solvo et coagulo*” usato in Alchimia come metafora del lavoro interiore: è l’*Araba Fenice* che muore e che poi rinasce dalle proprie ceneri.

Jung sosteneva che per assimilare l’inconscio è necessario trovare il modo di mettersi a una certa distanza da esso, il che implica la necessità di non rimanerne invischiati sviluppando piuttosto un atteggiamento *contemplativo* e di *epoché*, cioè di sospensione del giudizio. La funzione riequilibrante è dunque quella di Apollo, ovvero dell’eroe che ha la meglio sul drago dopo essersi *dragonificato*, ovvero dopo essersi bagnato del suo sangue.

Quindi il viaggio negli inferi, nel Tartaro della mitologia Greca, nell’oscuro regno delle emozioni caotiche non integrate e che poi sono le *passioni o vizi o metallo alchemico*, manifestazioni ed espressione dell’aspetto istintuale inferiore del drago, dell’Ombra, il cosiddetto “*male*”, quali gli impulsi omicidi e distruttori (che possiamo purtroppo riconoscere come essere parte caratterizzante e frequente della natura umana), la sete di sangue e di vendetta, la violenza, l’odio e la paura, il desiderio di sopraffazione e così via, il prendere consapevolezza di tutto ciò, anche se è certo difficile prenderne la responsabilità piuttosto che preferire rimuoverne la coscienza, è il processo attraverso cui il paziente deve passare.

Anche Krishna discese negli inferi per cercare i suoi sei fratelli e in una leggenda si dice che lo stesso Gesù, dopo la sua morte, discese negli inferi per salvare l’anima di Adamo. Il serpente piumato azteco Quetzalcoatl e i gemelli maya Hunahpu e Xbalanque attraversarono la stessa esperienza. Altre avventure di viaggio all’inferno le troviamo anche in esseri mitologici come Ercole che uccise l’*Idra* nell’attraversamento delle sue *fatiche*, in Teseo nella sua lotta contro il *Minotauro*, in Ulisse nel suo viaggio di rientro a Itaca. Inoltre ricordiamo Giona che fu divorato dalla Balena dalla quale venne di nuovo fuori dopo tre giorni o Giasone che alla ricerca del *vello d’oro* fu appunto ingoiato dal drago.

Nello sciamanesimo l’essere divorato e smembrato per poi essere rigenerato come uomo nuovo ricevendo nuova carne e nuovo sangue è una esperienza fondamentale e diffusa.

Mircea Eliade ne presenta numerosissimi esempi. Eccone uno: “*Secondo un altro insegnamento yakuta, gli spiriti malvagi portano l’anima del futuro sciamano agli inferi ove lo chiudono in una casa per tre anni (per un solo anno, se si tratta di coloro che diverranno sciamani d’un ordine inferiore). E’ là che lo sciamano riceve la sua iniziazione: gli spiriti gli tagliano la testa e gliela mettono vicino (perché il candidato deve assistere con i propri occhi al suo smembramento), poi lo riducono in pezzi minuti che sono distribuiti agli spiriti delle varie malattie. E’ solo per tale condizione che il futuro sciamano acquisterà il potere di operare delle guarigioni. Successivamente, le ossa sono ricoperte di carne fresca e in certi casi si immette in lui anche un nuovo sangue.*”¹¹

Jung descrive questo processo terapeutico di immersione nella propria tenebra e del suo conseguente superamento nel suo commento all’opera alchemica “*Rosarium philosophorum*”¹², un antico testo composto di 20 Tavole simboliche. Tra le prime illustrazioni troviamo la *coppia regale*, che simboleggia il Sole e la Luna, il maschile e il femminile, il superiore e l’inferiore, in sostanza i propri aspetti polari che devono essere trasformati e trascesi nell’*opus alchemicum*. Il Re Sole e la Regina Luna esprimono la polarità archetipica da integrare. Jung sottolinea nel suo commentario che



essi si danno la mano sinistra che rappresenta l'unione del lato oscuro ed inconscio del proprio essere mentre le mani destre, che rappresentano il lato di cui hanno più consapevolezza, porgono fiori con molti boccioli e sono più distanti.



Il processo gradualmente evolve fino alla raggiungimento della *coniunctio oppositorum* che rappresenta il matrimonio mistico del re e della regina, le cosiddette "nozze chimiche". Con la *coniunctio* la coppia regale si trasforma in *androgino* o *ermafrodita* che viene raffigurato con un unico corpo con una testa maschile e una femminile e che rappresenta il completamento di questa fase dell'opera alchemica. La figura mostra l'androgino dotato di ali che rappresentano il conseguimento del suo sviluppo spirituale con l'Albero della Luna al lato che sta a significare il suo potere sulle forze oscure o lunari.

Dice Jung: "Il lavoro sulla materia riabilita simbolicamente la polarità femminile e oscura della realtà, quella che chiamiamo "male", che la teologia cristiana di Agostino, dopo la sconfitta dello gnosticismo e del manicheismo, aveva privato di realtà ontologica". Altrettanto Goethe nel *Faust* affermava che Mefistofele è la "forza che fa emergere dalla tenebra il positivo dell'uomo" o, come notava Eliade, "si potrebbe parlare di una simpatia organica tra il Creatore e Mefistofele"¹³



L'ordine religioso dei Templari è stato accusato di esercitare pratiche diaboliche e bollato dalla Santa Inquisizione perché venerava *Bafometto* e celebrava un rituale che comportava il bacio dell'ano dell'idolo "*osculum sub cauda*", e lo sputo sul Crocefisso. L'androgina di *Bafometto*, poiché viene rappresentato sia con la barba che con il seno femminile, esprime in realtà la *coniunctio alchemica* di cui ho parlato sopra mentre lo sputo sull'immagine di Cristo va inteso piuttosto in senso simbolico, poiché stava piuttosto a significare la negazione del Cristo terreno allo scopo di disidentificarsi dalla fede dogmatica del cattolicesimo che rimuoveva la natura polare dell'universo per abbracciare invece quella gnostica in cui era possibile raggiungere l'integrazione degli opposti. I Templari in realtà prima

baciavano e poi sputavano sul crocifisso. Il bacio sull'ano faceva invece parte di un rituale dell'esoterismo gnostico di origine orientale che si riferisce alla tradizione del "Risveglio del Serpente" (*Kundalini*) che ha lo scopo di riattivare le energie sessuali che passano attraverso la spina dorsale a partire dall'ano (*Muladhara Chakra*).

L'adorazione di una testa dalla caratteristica così orribile è invece riconducibile alla operazione del processo alchemico detta *Caput Mortum*, cioè *testa di morto*, che rappresenta la *Nigredo* o *Putrefatio* che è di fatto la lotta contro il drago, ovvero il viaggio negli inferi e di cui il celebre alchimista Pernety dice: "La putrefazione è così efficace che distrugge la vecchia natura e la vecchia forma dei corpi in decomposizione, li trasmuta in un nuovo stato dell'essere per dar loro un frutto completamente nuovo. Tutto ciò che vive, muore; tutto ciò che è morto si putrefà e trova nuova vita"¹⁴.

Nei nostri tempi è sempre più emergente questa attrazione verso il cosiddetto demoniaco, dalla musica rock nello stile tra i tanti dei *Rolling Stones* con il loro brano "*Sympathy for the Devil*", alla letteratura e al cinema horror di alto o di discusso valore, all'arte visiva e pittorica di cui lo storico dell'arte Hans Sedlmayr dice: "L'uomo viene sfigurato sotto le sembianze: dell'insetto (*Ensor*); della maschera vuota senza sguardo (*Picasso*); del fantoccio cavo (*George Grosz*); del congegno (*de Chirico*); del robot (*Archipenko*); della macchina (*Duchamps*); della chimera (*Max Ernst*); del mostro (*Picasso, Moore, Dalì*); del demonio (*Max Ernst, Dalì e soci*)"¹⁵. Ovunque troviamo dunque espressa questa tendenza che, al di là dei soliti atteggiamenti moralistici, esprime certo il bisogno di superare limiti sentiti sempre più falsi e ipocriti di una società politica e religiosa, che *predica bene e razzola male*. Lo stesso Gurdjieff si presenta al mondo come *Belzebù* nel suo libro "*I Racconti di Belzebù a suo Nipote*" che è poi il suo dialogo con l'umanità. Dice Naranjo: "Ci sono persone che non hanno saputo vedere al di là dell'immagine negativa di *Belzebù*... E' un

grande mistero questo della spiritualità apparentemente demoniaca, ma un mistero che è ben conosciuto nel dionisismo e nelle altre religioni più antiche.”¹⁶



Il conflitto è di fatto lo strumento e la via che l'uomo utilizza per la sua evoluzione. Come nell'Arcano Maggiore dei Tarocchi, il *Carro*, ove vi è un cavallo nero (o blu) che va da una parte e un cavallo bianco che va dall'altra permettendo attraverso la contrapposizione delle loro forze l'avanzamento centrale dell'auriga, altrettanto attraverso il continuo gioco delle polarità l'uomo continuamente si rinnova evolvendo sempre più verso la sua centralità. Gurdjieff chiamava *principio di conciliazione* il meccanismo per mezzo del quale tale integrazione poteva realizzarsi e nella dottrina taoista la contrapposizione dello Yin e dello Yang si risolve con l'unità superiore del Tao. Anche Hegel che sosteneva il *principio triadico* in cui la *sintesi* armonizza e risolve *tesi* e *antitesi* faceva chiaramente intendere che l'uomo deve peccare e dunque vivere il conflitto per poter *conoscere* il bene e il male e che questa conoscenza "è l'origine della malattia, ma anche la sorgente della salute, è la coppa avvelenata nella quale l'uomo beve la morte e la putrefazione, e nello stesso tempo il punto sorgivo della riconciliazione, poiché porsi come cattivo è in sé il superamento del male"¹⁷.

Anche Osho Rajneesh a questo riguardo dice: "Il conflitto è nell'uomo. Se non viene risolto lì, non può esserlo da nessun'altra parte. I giochi politici sono dentro di voi, esistono tra le due parti della mente. Esiste un ponte fragilissimo; se viene rotto a causa di un incidente, per qualche difetto fisiologico, o per qualche altro motivo, la persona diventa dissociata, diventa due persone e si verifica il fenomeno della schizofrenia o della personalità scissa. Se il ponte è rotto e quel ponte è fragilissimo ti comporti come fossi due persone. Al mattino sei amorevole e gentile, la sera sei furioso, una personalità totalmente diversa. Non ti ricordi il mattino, come potresti? Un'altra mente era in funzione. Se questo ponte è rafforzato al punto che due menti scompaiono e diventano una sola, allora insorge una integrazione, una cristallizzazione. Ciò che George Gurdjieff definiva "cristallizzazione dell'essere" non è altro che queste due menti diventate una, l'incontro all'interno di maschile e femminile, l'incontro di yin e yang, l'incontro di sinistra e destra, di logico e illogico, di Platone e Aristotele"¹⁸.



Vivere il conflitto degli opposti fino in fondo è una esperienza dolorosa ed estenuante dal carattere così tanto corrosivo che può lasciare l'uomo spesso smarrito, confuso e disperato nel percorrere la sua strada verso il raggiungimento della propria libertà. Non a caso gli alchimisti chiamavano questo processo con l'acronimo *V.I.T.R.I.O.L.*, che significa "Visita Interiora Terrae Rectificando Invenies Occultum Lapidem" o in altre parole che per realizzare la *Pietra* che cura tutti i mali (*Pietra Filosofale*) è richiesto il viaggio all'interno della propria profondità allo scopo di conoscere e correggere le proprie limitazioni. Per dirla con don Juan "Un buon potere è sempre preceduto da un grande dolore".

Del resto l'importanza del conflitto o del caos nell'evoluzione dei fenomeni naturali è ormai un fatto acquisito anche nella visione scientifica contemporanea: "L'analoga teoria delle catastrofi del matematico René Thom ove il conflitto, ovvero gli stati conflittuali che si manifestano nelle discontinuità esistenti in natura, viene considerato come vero impulso all'origine di qualunque forma di vita dell'Universo. Stessa conclusione quella della teoria del caos di James Gleick a cui spesso si associa la teoria di Thom che illustra come il caos sia più fondamentale dell'ordine e che lo stesso ordine possa emergere solo dal disordine che è la situazione più comune in natura".¹⁹

Nel suo libro “*Demian*” H. Hesse scrive: “*L'uccello lotta per uscire dall'uovo. L'uovo è il mondo. Per nascere devi distruggere un mondo. L'uccello vola a Dio. Il nome del Dio è Abraxas.*” Interpreto l'*uscire dall'uovo* come il ritrovare il proprio Sé smarrito e tradito nel momento in cui è sorto il rigido adattamento alle aspettative del mondo allo scopo di ottenere amore e riconoscimento da parte dei nostri affetti principali, nel momento in cui è avvenuto quello che Naranjo chiama “*oscuramento ontico*”.

Sia in psicologia che nelle tradizioni spirituali viene fatta una distinzione fondamentale tra la personalità e l'essenza. Winnicott chiama l'essenza l'*Io vero* contrapposto alla personalità che è invece l'*Io falso*. Corrisponde anche alla distinzione tradizionale del Sé o Atman e dell'Ego. L'essenza non va comunque intesa come una qualche struttura che c'è dentro di noi, ma piuttosto come un modo di essere, un modo di vivere non ostruito, non interrotto che nella psicoterapia della Gestalt chiamiamo *organismico*. La personalità, il *falso Io*, invece è la nostra parte condizionata e appresa nell'infanzia per sfuggire la sofferenza che avrebbe potuto arrecarci la delusione e distanza dei nostri affetti. E' appunto la nostra prigioniera. “*Per nascere devi distruggere il mondo*” significa quindi uscire dal modo di essere condizionato, dalla nostra prigioniera dei modi di essere fissi.

Molti dei sigilli templari sono stati distrutti dall'inquisizione ma uno di questi è giunto sino a noi con incisa la raffigurazione di una divinità con la testa di gallo, il tronco di uomo, e due serpenti come gambe e che naturalmente nella letteratura antignostica cristiana è considerato un demone. Questa divinità è conosciuta come *Abraxas*.



Per C.G. Jung, *Abraxas* è la radice del tutto, e di ogni dualità: “*E' il mostro del mondo sotterraneo, un polipo dalle mille braccia, nodo intricato di serpenti alati, frenesia. E' l'ermafrodito del primissimo inizio. E' il signore dei rospi e delle rane che vivono nell'acqua e calpestano la terra, che cantano in coro a mezzogiorno e a mezzanotte. E' la pienezza che si unisce col vuoto. E' il santo accoppiamento, E' l'amore e il suo assassinio, E' il santo e il suo traditore, E' la luce più splendente del giorno e la notte più oscura della follia, Vederlo significa cecità, Conoscerlo è malattia, Adorarlo è morte, Temerlo è saggezza, ...*”¹²⁰

Eccoci quindi all'avventura del nostro viaggio attraverso le nostre polarità, passando dalla paura di non reggere l'esperienza della furia dei nostri elementi interni scatenati, del rischio della dissoluzione della immagine rassicurante che abbiamo di noi stessi. La conoscenza è ego-distonica, dissolve cioè i nostri attaccamenti alle idee fisse, da ciò che “*ci piacerebbe essere*”.

Ricordo che Perls sosteneva che in realtà lo scopo implicito della terapia non era tanto quello di mirare alla soluzione dei problemi, ma piuttosto allo sviluppo di una posizione centrale in cui questi ultimi, ovvero le caratteristiche conflittuali dell'individuo, vengono lasciate così come sono e semplicemente contemplate fenomenologicamente. Si tratta quindi di sviluppare una consapevolezza che sia in grado di contemplare divinità pacifiche e irate, visione pura ed impura senza né preferenze né attaccamento. Una accettazione incondizionata dunque dell'*essere ciò che si è* essendo capaci di fare la propria scelta.

Ricordo la famosa risposta di un Maestro Zen al suo allievo che gli chiedeva: “*Oh maestro, quand'è che otterrò l'illuminazione?*” E il maestro: “*Non ti preoccupare, anche questo passerà*”.

Per me il lavoro nella psicoterapia della gestalt è quello di aiutare il paziente a prendere contatto con la propria condizione, senza più ingannarsi con i propri stereotipi, mettendolo di fronte alle varie gestalt emergenti dallo sfondo che regolarmente si aprono e si chiudono.

Quindi è un aiutare ad esprimere, a manifestare, a non trattenere, a non entrare in confluenza, a non introiettare, a non proiettare e così via. Questo è un lavoro di pulizia, è un lavoro che permette di tornare ad un modo ragionevole di essere che non significa naturalmente risolvere tutto, ma quanto basta. Come Winnicott parlava della madre “*good enough*”, io per estensione parlo del terapeuta e della terapia che siano “*good enough*”, che vuol dire abbastanza, abbastanza buoni.

Concludo con una poesia da me scritta di rientro da uno stage che ho tenuto nel deserto del Sahara qualche anno fa che vuole esprimere una mia esperienza di “gioia illuminante” e il mio modo di intendere come si può funzionare con l’emisfero destro.

Canto del pensiero laterale

Dall’alto discesero due luci che illuminarono il mio cuore
riscaldando dopo un lungo e gelido inverno l’anelante spirito mio.
Vidi che sforzo e attesa d’esser nutrito da pregnante verità non era stato vano.
Gioia è il nome dell’una e Meraviglia la sua compagna.
E anche nella notte esse brillavano e forte e chiara era la loro scia.
Pur non volendo essere luminose esse lo erano
e il mio immenso entusiasmo si scatenò dietro a loro.

Ora posso veder da vicino ciò che solo pensai o sognai senza toccar con mano.
Ora sento la mia anima immersa in tale splendor.
Ora vivo ciò che non osavo sperare.
Se anche per mille anni dovessi andare perduto per strade confuse e incerte,
la certezza che esse sono lassù mai potrei scordar
e mai potrei negar che esse sono certe
e se anche la vita mi spostasse dal mio intento,
nella compassione del loro Sacro Cuor mi ritroverei.

L’anima risplende quando riflette la loro luce
ed io ancor mi ritrovo alla loro fonte.
Il fratello buio mi aiuta nel contorno del suo abisso
e mi insegna l’avventura della ricerca.
La noia dell’attesa mi temprava la pazienza ed essa diventa amore.

L’astro incerto della mia confusione m’ eccita d’iniziativa ed ecco,
lasciando libere le spinte del mio amor di luce ch’esse ritornano e stanno.
La mente mia genera associazioni di mille specie
e tutte vanno al trascender il basso umore che porta giù.
Muovendo le ali io volo e vado finché ho fede nella spinta del mio sogno,
del mio dolce sogno di volo libero e nel cielo azzurro e fresco
io mi roteo se voglio che esso sia il mio mondo.

Op, op, op, ecco che mi volteggio nel mar profondo in picchiata da lassù,
e nel profondo non v’è orrore o smarrimento
ma solo azzurro e dense forme di meraviglia.
Ancora io ritorno e nell’anelito del mio desiderar di più
io riaffioro come un delfino sull’onda
ed in fenice dalle ceneri mi trasformo librandomi nell’ aria
cantando la canzone dell’immortalità.

Vola, vola, vola: questo la voce del silenzio mi sussurra
e l’anima mia si fa leggera e più non orbita in gravoso pensar.
Ed io lascio che la fiamma interna mi spinga come e dove vuole,
non più nell’ancora razionale che del circolo vorrebbe far quadrato
e che certo Arte non è, né dipinger può i radiosi colori dell’arcobaleno

poiché l' andar giù ed il pianto sono il suo programma,
né gioia né speranza, solo buio è la previsione.

Ed io mi innalzo e salto di cima in cima, di monte in monte
e i miei piedi non affondano nella neve né lascian orme,
poiché chi non poggia non preme e la vita egli trascende
se un volo libero di là della gravità dell'io
egli concede al vuoto suo cuore riempiendo l'animo suo.

Alleluia ecco le stelle, alleluia sono dentro il mar,
né rocciose memorie né grappoli di tristezza mi distolgono dalla mia canzone
poiché io risorgo dal male oscuro del buio vuoto e dalla morte dell' aria lieve.

Alleluia la mia spalla si trasforma in ala
ed io son mago e volo libero nel mio spazio interno di immenso splendor.

¹ R. Sperry, "Some effects of disconnecting the cerebral Hemispheres", Nobel Prize lecture, 1981

² E. Morin, "La conoscenza della conoscenza", Milano, Raffaello Cortina, 2007

³ J. Jaynes, "Il crollo della mente bicamerale e origine della coscienza", Adelphi, 1984

⁴ C. Castaneda, "Il Fuoco dal Profondo", Milano, Rizzoli, 1985.

⁵ I tre iniziati, "Il Kybalion", Roma, Venexia, 2000

⁶ J.Zinker, "Processi creativi in psicoterapia della Gestalt". Franco Angeli 2002

⁷ C. Naranjo, "La dimensione spirituale occulta o implicita della Gestalt", Rivista "IN Formazione Psicoterapia-Counselling-Fenomenologia" N. 1, Gennaio-Febbraio 2003, Atti del Congresso "Fenomenologia e Gestalt. Forme dell'intenzione", I.G.F. s.r.l. Editore, Roma

⁸ Gheshe Ciapu, "Le gioiose vicende di Kungpa Legpa", Shang Shung edizioni, 1994

⁹ H. Hesse, "Narciso e Boccadoro", Mondadori 2001

¹⁰ H. Hesse, "Il lupo della steppa", Mondadori 1999

¹¹ M. Eliade, "Lo sciamanismo e le tecniche dell'estasi", Edizioni Mediterranee, Roma, 1974

¹² C.G.Jung, "La psicologia del transfert", Il Saggiatore, Milano, 1961

¹³ M. Eliade, "Il mito della reintegrazione", Jaca Book, Milano 1989

¹⁴ A. J. Pernety, "Trattato dell'opera ermetica", Phoenix Edizioni, Genova, 2005

¹⁵ Intervento inedito letto da Hans Sedlmayr al II Congresso internazionale di studi umanistici "Cristianesimo e ragion di Stato. L'umanesimo e il demoniaco nell'arte" tenutosi a Roma nel 1952

¹⁶ C. Naranjo, "La dimensione spirituale occulta o implicita della Gestalt", Rivista "IN Formazione Psicoterapia-Counselling-Fenomenologia" N. 1, Gennaio-Febbraio 2003, Atti del Congresso "Fenomenologia e Gestalt. Forme dell'intenzione", I.G.F. s.r.l. Editore, Roma

¹⁷ G. W. F. Hegel, "Lezioni sulla filosofia della religione", Zanichelli, Bologna, 1974

¹⁸ Osho Rajneesh, "L' Antico canto dei pini. Lo zen passo per passo", Libreria Editrice Psiche, Torino 1991

¹⁹ S. Mazzei, "La co-costruzione del contenitore dialogico" (In corso di pubblicazione negli Atti del III Congresso di Gestalt: "Oltre le tecniche", Trieste 2008

²⁰ C. G. Jung, "Septem Sermones ad Mortuos", in: Ricordi, sogni, riflessioni di C. G. Jung, Rizzoli, Milano 1998