

CAPITOLO TERZO

PSICHIATRIA E PSICOLOGIA ALLE SOGLIE DEL TERZO MILLENNIO: RIFLESSIONI SULLA DIMENSIONE SPIRITUALE

A) DIMENSIONE SPIRITUALE

IL SÈ TRA DIMENSIONE PSICHICA E SPIRITUALE

SELF BETWEEN THE PSYCHIC AND THE SPIRITUAL DIMENSION

Antonio Grassi

*Professore di Tecnica della Psicoterapia Analitica presso la
Cattedra di Psichiatria dell'Università Tor Vergata di Roma
Psicologo Analista didatta dell'International Association for Analytical
Psychology*

*Coordinatore scientifico della sezione di Psicoterapia Analitica della Rivista
"Psichiatria e Psicoterapia Analitica" - Editore Fioriti - Roma
Membro della Society for Psychotherapy Research (SPR)*

IL SÈ TRA DIMENSIONE PSICHICA E SPIRITUALE

Riassunto

In questo contributo l'Autore sostiene la tesi che la Mente è caratterizzata dalla presenza di una Psiche egoica, connessa all'attività dell'emisfero sinistro e di una Psiche oggettiva, specificatamente correlata al funzionamento dell'emisfero destro: queste due organizzazioni riconoscono nel Sé un centro di coordinamento e di integrazione.

Questo modello psicodinamico della Mente riconosce le sue basi epistemologiche nelle scoperte della neuropsichiatria.

Parole chiave: *mente, psiche egoica, psiche oggettiva, Sé, neuropsicologia analitica*

Abstract

In this work the Author holds the theory that the human Mind is characterized by an egoic psyche, connected to the activity of the left hemisphere, and by an objective psyche, that is specifically linked to the functioning of the right hemisphere: these two organizations acknowledge in the self the centre of coordination and integration.

This psychodynamic model of the Mind finds its epistemologic sources in the achievements of the neuropsychology.

Key words: *mind, egoic psyche, objective psyche, Self, analitic neuropsychology*

1. Introduzione

Durante un'appassionante avventura speculativa nel mondo della neuropsicologia mi sono imbattuto in due differenti organizzazioni funzionali della Psiche, che mi hanno convinto ad elaborare un nuovo modello della Mente descritto in un mio recentissimo lavoro (GRASSI, 1999). Secondo questo modello la Mente è caratterizzata dalla presenza di una Psiche egoica, connessa all'attività dell'emisfero sinistro, e di una Psiche oggettiva, specificamente correlata al funzionamento dell'emisfero destro: due organizzazioni, ciascuna con un suo specifico versante conscio ed inconscio. Esse riconoscono nel Sé un centro di coordinamento e di integrazione, le cui funzioni appaiono correlate con l'attivazione del tronco encefalico e delle parti medio-basali del sistema limbico. Questo modello psicodinamico della Mente riconosce le sue basi epistemologiche nelle scoperte della neuropsicologia e pertanto ho denominato neuropsicologia analitica la nuova disciplina scientifica di studi e ricerche nel settore.

2. Psiche egoica ed emisfero sinistro

Sinistro significa che qualcosa viene percepito come orribile presagio di sventure e malattie. Le parole che indicano il significato di sinistra sono *left* in inglese, *laevus* in latino, *Laios* in greco. Laio, re di Tebe, ebbe l'infausto destino di essere ucciso dal figlio Edipo.

Lo sviluppo della dominanza dell'emisfero sinistro, tipica delle funzioni logico-razionali, gioca un ruolo fondamentale nella elaborazione di strategie di sopravvivenza e di autoaffermazione e nel controllo degli affetti. In questo senso la psiche egoica si configura come un "sistema di adattamento" il cui versante inconscio è animato da invidia, gelosia, avidità, sadismo, masochismo, esibizione, competizione, rivalità (l'uomo pulsionale ben rappresentato con la freudiana "metafora della bestia"): il mondo binario del diavolo che irretisce Eva, l'anima di Adamo e, perché no, del mondo.

Purtroppo, e paradossalmente proprio sul piano cognitivo, l'emisfero sinistro, agli esperimenti neuropsicologici (GAZZANIGA e coll., 1998), ha mostrato un'attitudine specifica alla narrazione ed alla teorizzazione illusoria ed autoingannevole. Gazzaniga e Le Doux hanno denominato questo talento narrativo "meccanismo di interpretazione". Il meccanismo di interpretazione, operando sulla memoria a breve termine,

produce molte false costruzioni dell'esperienza passata (GAZZANIGA, 1998).

3. Psiche oggettiva ed emisfero destro

La parola “destra” esprime i concetti di rettitudine intellettuale, buon senso, integrità morale. L'emisfero destro eccelle nei processi percettivi visuo-spaziali, nella elaborazione delle emozioni e della melodia del linguaggio, cioè la sua componente emozionale. A differenza dell'emisfero sinistro, il destro fornisce elaborazioni percettive realistiche dei fatti, senza interpretazioni autoingannevoli, e ricostruzioni veridiche degli eventi percettivo-affettivi del passato. Il suo linguaggio metaforico consente il recupero dei significati autentici e della comprensione critica dell'esperienza.

4. Il Sé ovvero la Coscienza di confine

Il Sé rappresenta un centro unificante della vita psichica e, sul piano esperienziale, manifesta un duplice versante: psichico-personale e spirituale-transpersonale.

4.1 Il versante psichico individuale del Sé

Nel suo aspetto psichico personale la guarigione intesa come realizzazione del Sé viene descritta nella letteratura psicoanalitica da molti autori.

Winnicott, ad esempio, la identifica nella realizzazione del Sé autentico, che si rivela e si autoafferma quando si dissolvono le maschere del falso Sé. M.Klein identifica il concetto di guarigione con il recupero da parte del Sé della capacità di amore e gratitudine verso gli altri. Kernberg individua la guarigione nella integrazione delle rappresentazioni scisse del Sé. Kohut vede la guarigione nella realizzazione di talenti, capacità ed attitudini del Sé.

4.2 Il versante spirituale transpersonale del Sé

Studi neuropsicologici sembrano ormai validare l'ipotesi che il tronco encefalico e le parti medio-basali del sistema limbico modulerebbero la processazione armonica o disarmonica, da parte del Sé, delle connessioni interemisferiche tra cervello di sinistra e cervello di destra. (MONTECUCCO, 1996, p.52).

Durante la meditazione profonda, ad esempio nel corso di ritiri spirituali, si assiste alla sincronizzazione elettroencefalografica dei due emisferi e alla comparsa di onde theta, tipiche dello stato iniziale del sonno. Questi dati suggeriscono l'esistenza di uno stato di coscienza diverso da quelli normalmente conosciuti come veglia, sonno e sogno (MONTECUCCO, 1996, p.80), stato che definisco "coscienza di confine", di confine tra il versante psichico individuale e la sfera spirituale transpersonale.

Le esperienze del "sacro" sono correlate all'attivazione sincronizzata di microscariche elettriche nei lobi temporali di entrambi gli emisferi (PERSINGER e MAKAREC, 1992; PERSINGER, 1992; FABBRO, 1995). Al tempo stesso si è scoperto che esiste una correlazione tra sincronizzazione interemisferica, salute psicosomatica e momenti di intensa creatività e di profondo benessere. Un programma computerizzato ha evidenziato, durante una sessione di meditazione profonda di un ritiro spirituale, un aumento della sincronizzazione elettroencefalografica collettiva con valori medi intorno al 60% (MONTECUCCO, 1996). Questo dato rappresenta una prima quantificazione del fenomeno della coscienza collettiva in diretta connessione con lo sviluppo del potenziale e della coscienza individuale. L'essere umano possiede, quindi, la capacità di sviluppare uno stato di coscienza unitario e globale che lo connette con gli altri esseri umani e con l'esistenza. Possiamo perciò parlare dell'esistenza di una coscienza spirituale planetaria profondamente radicata nel funzionamento del nostro corpo.

Solo Jung si avventura nell'ardita affermazione che le radici più profonde di ogni sofferenza psichica sono rintracciabili nella ricerca di una soluzione al problema di fondo che ciascun essere umano non può eludere: il problema religioso. La soluzione di questo problema, inerente al senso più profondo della propria esistenza, conduce alla guarigione autentica e radicale di ogni sofferenza psicologica, perché questo problema è all'origine di qualsiasi nevrosi o disturbo psicopatologico. È soltanto la possibilità, diversificata per ciascun essere umano, di penetrare nella sua interiorità a permettergli di arrivare o meno alle radici religiose del suo conflitto psicopatologico. Nell'incontro interiore con il simbolismo religioso che si presenta nei sogni, nelle visioni dell'immaginazione attiva e nelle pratiche spirituali, si percorrono le tappe fondamentali del sofferto cammino verso la realizzazione più autentica dell'uomo, cioè la transpersonalità spirituale della sua esistenza individuale. Non tutti riescono a percorrere questo cammino verso la transpersonalità; oggi molti si accontentano delle soluzioni "più umane" che i modelli psicoterapeutici prima descritti offrono per un

"adattamento" dell'individuo ad una "normale" e più o meno "serena" conflittualità quotidiana.

Mi è sembrato di individuare tre livelli di esperienza del Sé che conducono alla realizzazione della coscienza da me definita "di confine". Quest'ultima può esitare nelle esperienze della vocazione o della illuminazione, la plotiniana *ellampsis*.

4.2.1 Livello inferiore di esperienza del Sé: il Fondo dell'Anima

Questa dimensione della Psiche viene raggiunto dalla coscienza quando essa si sottopone alla disciplina di astensione da memoria, desiderio, volontà e comprensione intellettuale (BION, 1970), ad esempio attraverso la pratica di consapevolezza spirituale. Di tale via abbiamo testimonianza nelle discipline ascetiche dei mistici dell'occidente cristiano, dal conosciutissimo S. Giovanni della Croce (*Le Notti oscure dell'Anima*) all'anonomo mistico inglese autore di un testo dall'intrigante titolo *La Nube della non-conoscenza*.

Si tratta di un livello di esperienza del Sé denominato dai mistici occidentali "Fondo dell'Anima" (ECKART, 1982), dai mistici orientali "samadi". A questo livello di esperienza del Sé la personalità accede sostenendo la tensione tra gli opposti, bene e male, destra e sinistra, simboleggiata, ad esempio, da Cristo in croce sul Golgota tra il buono ed il cattivo ladrone ("Golgota" significa cranio). La coscienza attraversa così una fase di morte, attraverso l'esperienza interiore della disperazione (la disperazione in termini non psicopatologici è l'espressione emotiva di una drammatica, ma interiorizzata, tensione tra gli opposti). Alla morte sul livello psichico segue una rinascita a questo livello spirituale del Sé che nella tradizione cristiana è simboleggiata dalla Vergine Maria, vergine perché non "contaminato" dagli affanni, dai desideri e bisogni quotidiani (ECKART, 1982).

In esso si raccolgono tutte le facoltà della psiche, una volta liberate dai loro contenuti esteriori, in uno stato di pace e serena consapevolezza interiore. Solo la costellazione interiore di questo livello di coscienza permette allo psicoterapeuta analista di accogliere, metabolizzare e restituire in forma detossificata le identificazioni proiettive del paziente. I contenuti psichici cognitivi ed affettivi, perdendo la loro corposità, appaiono allora nella loro effettiva natura, come onde della mente che muovono solo in superficie l'abissale oceano della vita.

4.2.2 Livello intermedio di esperienza del Sé: il Mondo delle Visioni

L'assorbimento della "coscienza di confine" nello stato interiore della contemplazione, costellato dal "Fondo dell'Anima", attiva la funzione

trascendente, che conduce alla produzione del simbolo. Nella pace interiore di questo livello, associata alla già citata processazione biemisferica sincronizzata, la psiche accede al mondo delle visioni, fenomeni che non comportano affatto la perdita dell'esame di realtà.

Questo livello tiene così insieme, in forma integrata, i poteri di destra e sinistra e facilita l'ascesi della mente al superiore livello spirituale. Ho definito questo livello di esperienza del Sé come "mondo delle visioni" perché attribuisco a questa dimensione di transito tra psiche e spirito il fenomeno dell'immaginazione attiva: visioni e non allucinazioni, con il significato di precognizioni, stati di sovracoscienza e di insight su verità ultime, irriducibili, di natura perciò mistico religiosa. Negli Atti del Nuovo Testamento questo livello di realizzazione personale e transpersonale del Sé è rappresentato dalla discesa dello Spirito Santo sul capo degli apostoli, discesa che produce effetti sovranaturali: "...profeteranno i vostri figli e le vostre figlie, i vostri giovani vedranno visioni e i vostri anziani sogneranno sogni" (Atti, 2, 15, Vangelo e Atti degli Apostoli, Ed. S. Paolo, 1987).

4.2.3 Livello superiore di esperienza del Sé: la Funzione Transpersonale dello Spirito

Nel Nuovo Testamento lo Spirito scende dal Cielo, ove è asceso Cristo risorto, in forma di lingue di fuoco sul capo degli apostoli, proprio dove il sacerdote riceve la tonsura e dove nei santi appare l'aureola.

L'aureola sulla testa, ma non a contatto con essa, rappresenta simbolicamente il tramite tra la funzione trascendente, ancora parzialmente psichica e specificamente umana, e la dimensione dello spirito che appare nel simbolismo del Cielo. La realtà psichica, oggetto di studio della psicoanalisi e della psicologia analitica, non va confusa con la dimensione spirituale, anche se attraverso il Sé l'una transita quasi impercettibilmente nell'altra. La confusione ontologica tra psiche e spirito ha caratterizzato, a mio avviso, la teorizzazione di Jung che ha finito erroneamente per psicologizzare lo spirito, perdendo di vista i confini tra le due dimensioni. La spiritualità è una dimensione che connette l'individuo con l'Unus Mundus, la Transpersonalità che abbraccia l'uomo e la totalità dell'Essere.

5. Conclusioni: l'ottica della Neuropsicologia Analitica

Nell'ottica della neuropsicologia analitica l'integrazione psicologica e spirituale della personalità richiede un processo di relativizzazione e

limitazione della dominanza della psiche egoica, molto bene espresso dalla formula "sacrificio dell'ego".

Il termine "sacrificio" viene comunemente connotato da un alone semantico negativo ed improntato alla spiacevolezza: rinuncia, sopportazione, tolleranza, limite. Ma proprio l'etimologia del termine "sacrificio" ci informa di un senso più profondo e di più ampio respiro: fare il "sacro", cioè "rendere sacro". La sacralizzazione della psicoterapia trova una delle sue massime espressioni nella cornice di lavoro, costituita dalle regole di base del setting.

La stabilità del setting produce il "sacrificio" della psiche egoica e dei suoi "meccanismi di interpretazione" (GAZZANIGA, 1998). Dal contenimento della tensione tra gli opposti all'interno della cornice di lavoro può scaturire l'esperienza del Sé.

L'esperienza di questo centro transpersonale unitario dà una risposta non intellettuale, ma esistenziale, all'interrogativo su "come può la trasformazione della relazione con l'analista consentire anche una trasformazione della relazione con se stessi e del proprio esserci...e permettere di trattare l'altro come se stesso e se stesso come l'Altro" (MARTINI, 1998).

In questo livello unitario di base regna la serenità e la pace della Grande Mente attinta dalle esperienze mistiche. Esso trascende gli angusti limiti delle egoità separate e consente, ad esempio, ad uno psicoterapeuta di riconoscere nell'Altro sé stesso, sempre e comunque.

Bibliografia

BION W. (1970), *Attenzione e interpretazione*, Armando, Roma 1973

COREN S., *Left-handed syndrome. The causes and consequences of left-handedness*, Macmillan, New York 1992

ECKHART M., *Trattati e Prediche*, Rusconi, Milano 1982

FABBRO F., *Destra e sinistra nella Bibbia*, Guaraldi, Rimini 1995

GAZZANIGA M.S., "Funzioni divise per gli emisferi cerebrali", *Le Scienze* 1998; 361:42-47

GRASSI A., *Psicologia Dinamica e Clinica. Dalla Psicoanalisi alla Neuropsicologia Analitica*, Carocci Editore, Roma 1999

LANGS R., *The cosmic circle: the unification of mind, matter and energy*, Alliance Publishing Inc., New York 1996

MARTINI G., *Ermeneutica e narrazione. Un percorso tra psichiatria e psicoanalisi*, Bollati Boringhieri, Torino 1998

MONTECUCCO F., GELSOMINO S., *Le divisioni del cervello e l'unità della coscienza*, Olos, Milano 1996

JUNG C.G., (1955/1956), *Mysterium coniunctionis*, in: *Opere*, Boringhieri, vol.14, Torino 1981

PERSINGER M.A., *Neuropsychological bases of God beliefs*, Praeger, New York 1987

PERSINGER M.A., MAKAREC K., "The feeling of a presence and verbal meaningfulness in context of temporal lobe functions: Factor analytic verification of the Muses", *Brain and Cognition*, 1992; pp 20, 217-226

PORAC C., COREN S., *Lateral preferences and human behaviour*, Springer, New York 1981

KANDEL E.R., (1991,1985), *Principi di Neuroscienze*, trad. it. Casa Editrice Ambrosiana, Milano 1994

SPERRY R.W., "Consciousness, personal identity and the divided brain", *Neuropsychology*, 1984; 22: 661-673

WILBER K. (1981), *Oltre i confini. La dimensione transpersonale in psicologia*, Cittadella Editrice, Assisi 1985

VANGELO E ATTI DEGLI APOSTOLI, Ed. S. Paolo, Cinisello B. 1987
