

Ipnosi, Psicoterapia Ipnotica e vite precedenti. Quali connessioni?

Elisabetta Catapane

Psicologo-Psicoterapeuta

Parlare di vite passate significa affrontare il problema della morte con tutti i risvolti filosofici e psicologici che vi si accompagnano. Prendere poi in considerazione l'ipnosi quale mezzo per superare il tempo e lo spazio e accedere a presunte vite già vissute, in un ciclo di continua morte e rinascita, il compito diventa davvero impegnativo soprattutto nel tentativo di tracciare delle linee di confine che abbiano il sapore della scientificità.

In tale scritto si intende illustrare brevemente quel che accade intorno a questo concetto, quell'uso che si fa dell'ipnosi quale panacea per raggiungere vie altrimenti inaccessibili, su quanto possa essere deontologicamente corretto servirsene e nel contempo verificarne l'efficacia. E' indubbio che tale argomento gode di un fascino innegabile dal momento che la grande tragedia umana è comunque la morte, o meglio accettarla in quanto rovescio della medaglia, una dicotomia (vita-morte) inevitabile, opposti che non si incontreranno mai. la nostra cultura, è superfluo sottolinearlo, tende a scotomizzare il problema, scindendolo in parti infinitesimali.

La religione offre la spiegazione ultima del perché della vita e quindi della morte dell'uomo. "Questo inevitabile connubio accompagna la storia di ogni essere vivente e richiama una verità essenziale dell'esistenza, espressa da Gesù in una metafora: se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo: se invece muore produce molto frutto" Gv. 12, 23-24" (A. Pancrazi,2002). Ma sulla strada di uno psicoterapeuta si incontrano fedeli, scettici, atei, cristiani e individui appartenenti a religioni diverse da quella cattolica (oggi, più che mai a causa delle molte etnie che costituiscono una nuova realtà sociale).

Per alcuni la morte trova ragione nel "passaggio" ad altra esistenza, sia quella eterna nella resurrezione dei morti così come vuole il cristianesimo, sia nella trasmigrazione delle anime secondo la religione buddista, sia nella reincarnazione dunque.

Poi, un breve cenno agli atei di professione per i quali nulla esiste dopo la morte e la nostra esistenza terrena altro non è che un fugace passaggio di un individuo biologico che ha un cervello che funziona a livelli di pensiero superiore, spento il quale tutto svanisce e nulla più rimane se non nel ricordo delle persone che ci hanno conosciuto. Ma se accettiamo l'idea che l'uomo possieda in se' delle forze che prescindono dalla sfera bio-psicofisica e che si chiamano aneliti di natura spirituale, ecco che l'intreccio tra sistema di credenze, valori religiosi, sfera psicologica ci costringe ad una visione dell'uomo per necessità caleidoscopica, ove nessuna parte può essere scissa pena la perdita dell'insieme.

A conforto di tale affermazione basti pensare agli sforzi compiuti per comprendere tale sfera da numerosi studiosi quale Assagioli, che nei suoi scritti considera un passaggio importante per la psicoterapia proprio la capacità di integrare la parte spirituale dell'uomo con tutto il resto.

In particolare, laddove egli parla di sviluppo transpersonale della persona, afferma che nell'uomo esista "un serbatoio di qualità superiori a disposizione di chiunque intenda evocarle...". In particolare egli fa riferimento alla mistica cristiana ed in particolar modo afferma "che chi avanza sulla via dello spirito, non solo deve osservare i grandi principi etici dell'umanità, ma deve anzi avere una morale più dura, più severa, più cosciente di quella dell'uomo ordinario".

Religione e sviluppo personale si integrano in maniera inestricabile.

La Psicoterapia inevitabilmente si addentra in tali territori. Molti processi di guarigione si verificano anche per fattori che spesso sfuggono all'atto cosciente ma sono frutto di processi interiori, profondi ed inafferrabili: le auto-guarigioni più durature e più consolidanti si manifestano quando l'uomo si adegua al suo progetto di vita... ..per inserirsi nella libertà responsabile dell'amore verso gli altri senza compromessi e del trascendente senza compromessi." (Gagliardi, 1997).

Quelli che comunemente vengono chiamati fattori specifici del processo psicoterapeutico. La psicoterapia ipnotica che apre strade nuove, inaspettate, che tocca corde dell'esistere al di fuori della coscienza ordinaria si colloca come elemento fondamentalmente elettivo nella ricerca di significati importanti, uno dei quali è il perché della nostra vita.

Ognuno di noi è alla ricerca del suo personale significato.

Ora, fatte queste premesse, è interessante esaminare il fenomeno della terapia delle vite passate, fenomeno che si verifica soprattutto oltreoceano e dove l'ipnosi rappresenta lo strumento principe per metterla in atto. Gli autori del libro "Psicoterapie folli" (Margaret T. Singer, Jania Lalich, 1998), illustrano le psicoterapie mirate a far riemergere ricordi che vengono attribuiti a vite precedentemente vissute e che influenzerebbero in maniera più o meno patologica l'attuale

esistenza terrena.

In altri termini, molti "operatori della mente" ritengono che l'esistenza di sofferenze di varia natura sia da attribuirsi a trascorsi burrascosi ed irrisolti che si ripercuotono sulla sfera biopsico-sociale attuale dell'individuo. Nel libro sopracitato si afferma che "questo genere di trattamento sia diffuso quasi più di ogni altro metodo proposto come terapia"; in questo senso vengono effettuate delle regressioni nelle vite precedenti, addirittura anche in seminari di massa.

Un autore di fama, Brian Weiss, medico psichiatra, lavora tenendo presente come obiettivo l'emersione di antichi ricordi disturbanti appartenenti a presunte vite precedenti che impedirebbero all'uomo di estrinsecare e realizzare le sue potenzialità.

Che ruolo ricopre l'ipnosi?

La psicoterapia ipnotica, le tecniche ipnotiche, in particolare quelle relative alla regressione di età, vengono utilizzate per creare questo presunto ponte fra presente e passato, fra vita attuale e "vita precedente". Le esperienze di vite passate vengono indotte con la trance ipnotica. Lo stato modificato di coscienza consentirebbe di bypassare le amnesie, di raggiungere ricordi profondi altrimenti inaccessibili.

L'attenzione cosciente viene focalizzata su particolari eventi e di lì convogliata verso ricordi lontani nel tempo.

L'ipnosi dunque rappresenterebbe la via d'accesso elettiva, lo stato ordinario di coscienza viene modificato al tal punto che l'individuo rinunciarebbe ad ogni difesa psichica. In effetti agisce nella nostre psiche il fenomeno dell'ottimismo mnesico, così ben descritto da Musatti per il quale "noi esercitiamo proprio un'azione selettiva sull'insieme dei nostri ricordi, nel senso che ricordiamo più facilmente e durevolmente gli avvenimenti piacevoli che non gli accadimenti spiacevoli del nostro passato. Ciò dimostra l'effettiva tendenza a dimenticare, che si sviluppa in presenza di elementi spiacevoli. Questa tendenza risponde appunto ad una intrinseca finalità biologica: la difesa dal dolore" (1949).

L'accesso al ricordo favorirebbe in questo modo una catarsi e quindi la liberazione di tutte quelle energie psichiche fino a quel momento incapsulate dal ricordo medesimo e quindi la possibilità di una utilizzazione maturativi delle risorse personali. Ricordiamo Freud e J. Breuer che teorizzarono tale concetto intorno al 1885 nell'analisi dei sintomi isterici, spiegati in base al fatto che un affetto intenso non poteva defluire con una adeguata abreazione, quindi non diveniva cosciente e veniva in questo modo somatizzato (1922).

Proprio attraverso l'ipnosi si induceva il paziente a ricordare l'evento traumatico e dell'affetto ad esso associato (Galimberti,1992), per poter essere abreagito, liberato e rivissuto. La differenza, rispetto ad un secolo fa, è che attualmente tali ricordi vengono ricercati non solo nell'esistenza attuale dell'individuo ma anche in presunte vite passate. Tener presente il

potere della suggestione durante la trance ipnotica, potere che il terapeuta utilizza per condurre il paziente, significa considerare il fatto importante che può favorirsi l'emergere di falsi ricordi nella mente di quest'ultimo. In Italia vi sono pochi studi sull'argomento. Vale la pena di citare gli studi di Granone, riportati su questa stessa rivista, nell'anno 1995, mese di febbraio. Egli esponeva in tale articolo un "Esame critico su trance ipnotica con regressione di età e rivivificazione, trance medianica incorporativi e personalità multipla". A proposito quindi di ipnosi e vite precedenti concludeva "come non si possa ricorrere a spiegazioni spiritiche e a regressioni in altre vite se prima non si sono eliminate eventuali cause dissociative patologiche (con produzione di personalità multiple isteriche....). Quindi egli parla del "pericolo delle confabulazioni che si ottengono nelle pseudo-rivivificazioni ipnotiche in altre vite e anche nelle regressioni comuni d'età..." appellandosi all'eventualità di personalità multiple.

E' opportuno fare riferimento al lavoro di Nicholas P. Spanos, Professore di Psicologia alla Carleton University, ad Ottawa in Canada. Egli pubblicò un interessante lavoro scientifico tra il 1987 ed il 1988 nel quale si era proposto di valutare scientificamente le tecniche di regressione ipnotica per ritornare alle vite precedenti.

Fu preso in esame un campione di circa 100 soggetti ed i risultati ottenuti, tenendo conto dell'ipnotizzabilità, dimostrarono che erano le suggestioni fornite **dall'ipnoterapeuta** a stimolare le fantasie di esistenze pregresse. Inoltre il sistema di credenze relative alla reincarnazione tendevano di conseguenza ad interpretare le esperienze di vita passata "come reali piuttosto che immaginarie". Spanos concludeva: "la narrazione di vite passate è una rappresentazione fantastica ed interessante guidata dal contesto e dall'immaginazione".

Negli Stati Uniti la voglia di trascendente, forse di dare un significato differente alla propria esistenza, e perché no, ai propri disturbi esistenziali, fa sì che questo tipo di psicoterapia sia non solo molto diffusa ma ritenuta risolutiva di molte situazioni. Questo però non è comprovato da una attenta ricerca scientifica. Ora, è vero che cercare un significato per la propria sofferenza psicologica è umanamente un processo evolutivo molto importante: tentare di capire la condizione di disturbo foss'anche dovuta ad una vita precedente.

Non si vuole qui discutere sulla veridicità o meno della reincarnazione, concetto che racchiude elementi di tipo etico, culturale, religioso, tant'è che parte dell'umanità ha un credo religioso di tale portata.

Anche la convinzione di una vita precedente potrebbe dunque servire al soggetto quale spiegazione del suo malessere e delle sue gravi difficoltà esistenziali.

In linea con l'approccio cognitivo l'accoglienza di tali esperienze può "rappresentare un

fattore aspecifico della terapia cognitivo-comportamentale" ("Terapia cognitivo-comportamentale delle psicosi", 1988 di Fowler, Garety, Kuipers) per poi condurre il paziente gradualmente ad un confronto con la realtà attuale. Quindi accettare il mondo che il paziente porta, discuterne con lui, anche attraverso il riaffiorare di presunte vite precedenti. Questo non significa indurre la convinzione dell'esistenza di vite precedenti, bensì partire dalla verità che il paziente ci porta in psicoterapia. Partendo dal suo credo, dal suo mondo, si può così costruire una salda alleanza ove l'ipnositerapia riveste il ruolo di ricerca e riscoperta delle sue uniche ed irripetibili potenzialità da esplicitare nella sua vita quotidiana.

Ritornando a questo punto al lavoro "Psicoterapie folli" è necessario tenere in debito conto il fatto che gli interventi di terapia di vite passate presentano il grave rischio di allontanare il soggetto dalla realtà, dal suo vissuto quotidiano proiettandolo in una dimensione estranea e sconosciuta alla quale può conseguire un'angoscia incontenibile ed uno smarrimento difficilmente collocabile.

L'approccio ipnotico alle vite precedenti, il procedere come se fosse scontato che l'ipnosi metta in rilievo tali vite passate, è un approccio pericoloso perché considera la psicoterapia ipnotica essenzialmente mirata a tale scopo tralasciando gli aspetti che le sono propri primo tra i quali l'accesso alla risorse e potenzialità umane sopite nell'inconscio.

Naturalmente se poi l'emersione di questi particolari ricordi interviene durante la fase della psicoterapia necessita di una lettura clinica specifica.

E' invece importante sottolineare gli aspetti più propriamente psicologici in termini di possibili conseguenze per cui la cautela nell'agire professionale dovrebbe essere un obbligo deontologicamente acquisito.

Mi riferiscono qui ai ben noti fenomeni di falsi ricordi ricordando in questo contesto quanto affermato dalla American Psychiatric Association, per cui la veridicità dei ricordi andrebbe comunque confermata da elementi esterni.

Comunque i falsi ricordi possono ricoprire un ruolo clinico importante, e cioè che in qualche modo il paziente costruisce la trama della sua vita emotivo-affettiva nella unicità della sua storia personale. Non dimentichiamo che il ricordo è un fatto ricostruttivo e non ripetitivo. "I ricordi non sono una riapparizione di esperienze passate ma sono il frutto di un lavoro di elaborazione e di sintesi personale del passato... Noi ricordiamo organizzando le cose entro la trama delle nostre esperienze e tendiamo a ricordare ciò che ci aspettiamo di percepire piuttosto che ciò che effettivamente abbiamo percepito" (G. Cavadi, 1994).

Ora, anche in considerazione dei fattori clinici per i quali il falso ricordo possa ricoprire un ruolo importante nella ristrutturazione personale dell'individuo, e quindi nella sua portata di

coagulo generalizzato di tutto ciò che determina sofferenza della personalità, è necessario fare riferimento sempre ad un ben chiaro obiettivo terapeutico. Flower, Garety e Kuipers nel loro libro "Terapia cognitivo comportamentale delle psicosi" (Masson 1998), adottano un modello cognitivo delle psicosi grazie al quale spiegano i sintomi allucinatori e deliranti quali conseguenze di deficit di natura cognitiva. Ne consegue "che la lotta con il disturbo psicotico può essere... interpretata come uno sforzo per dare senso al mondo ed adattarvisi in presenza di deficit cognitivi" particolari.

Di conseguenza un intervento psicoterapeutico efficace consiste nel dare senso ad esperienze insolite: "le convinzioni deliranti... potrebbero derivare da tentativi relativamente normali di dare senso ad esperienze interiori (ad esempio sensazioni corporee strane, percezioni anomale) o a informazioni provenienti dall'ambiente esterno...".

In conclusione l'ipnosi rappresenta uno strumento duttile ed universale, strumento "chirurgico" di straordinaria perfezione quando l'oggetto è l'essere umano con tutti i suoi risvolti sociali, esistenziali, psicologici, biofisici, religiosi nonché spirituali.

Il problema insomma non è quello di decidere se esista o meno la reincarnazione, ma quello dell'utilizzo di uno strumento perfetto che se utilizzato in maniera inadeguata può creare le premesse per uno sconvolgimento della personalità umana gettandola in uno stato di prostrazione profonda.

La regressione presenta un "facile trabocchetto" così come affermato da Granone del 1995, in quanto il soggetto è invitato a un "investimento di ruolo" per compiacenza all'operatore che ha instaurato la trance ipnotica". Dunque appare evidente, da tutto quanto sopra esposto, che gli autori citati ritengono fondamentale decisivo il ruolo della suggestione che provoca di conseguenza la credenza nell'esistenza di vite passate, suggestioni che in molti casi possono collimare con il sistema di credenze del paziente.

Il compito dello psicoterapeuta ipnotista è quello di accompagnare il soggetto in un viaggio alla riscoperta del suo inconscio e delle sue infinite potenzialità. Il rispetto per il paziente che trattiamo consiste anche nell'accoglienza dei suoi valori, del suo credo.

E le suggestioni ipnotiche devono avere l'obiettivo di un arricchimento della personalità. Se, strada facendo, il paziente fa emergere delle vite precedenti, sia accorto l'operatore a non aver indotto falsi ricordi, a non aver favorito la costruzione di confabulazioni, a non aver suggerito l'esistenza di vite passate. Le regressioni devono essere utilizzate per la costruzione della trama dei propri ricordi e questo aspetto riveste un'importante valenza terapeutica che è ampiamente riconosciuta.

E, se nonostante queste dovute e fondamentali cautele dovessero comunque emergere "frammenti di vita del secolo scorso" le accolga l'operatore come aspetti del setting terapeutico ove si gioca l'intera personalità del soggetto, tenendo sempre pronta l'ancora della realtà ed invitando il soggetto stesso ad un confronto con essa chiaro ed onesto, attraverso la contestualizzazione del suo sistema di credenze.

E' pericoloso il dogmatismo sia in un senso che nell'altro. Nel riaffioramento di una possibile vita precedente durante l'iter terapeutico lo psicoterapeuta deve sempre avere con se' le istruzioni per l'uso, chiare ed immediatamente disponibili.

"Una presunzione paranoica molto cara all'uomo è quella di sentirsi in grado di giudicare sempre con il suo metro altri mondi sconosciuti che non può conoscere se non a sprazzi, l'uomo si sente in grado di mettere dei paletti che definiscono l'universo che li circonda... ma poi va in crisi..." (Gagliardi, 1997).

Bibliografia

- 1) A. Pancrazi *"Aiutami a dire addio"*, Erickson, 2002
- 2) Assagioli *"Lo sviluppo transpersonale"*, Astrolabio. 1988
- 3) G. Gagliardi *"Lo stato ipnotico come processo psicofisiologico attivo di autoguarigione"*, AMISI, novembre 1997
- 4) M.T. Singer, J. Lalich *"Psicoterapie folli"*, Erickson, 1998
- 5) B. I. Weiss *"Molte vite, molti maestri"*, Mondadori, 1997
- 6) C. Musatti *"Trattato di psicoanalisi"*, Boringhieri, 1949
- 7) H. Nagera *"I concetti fondamentali della psicoanalisi"*, Boringhieri, 1974
- 8) F. Granone *"Esame critico su trance ipnotica con regressione di età e rivivificazione, trance medianica incorporativi, personalità multipla"*, AMISI, 1995
- 9) N.P. Spanos *"Ritornare a vite precedenti?"*, Scienza e Paranormale, anno VII, n. 33 - 2000
- 10) D. Fowler, P. Garety, E. Kuipers *"Terapia cognitivo-comportamentale delle Psicosi"*, Masson, 1988
- 11) G. Cavali *"Psicologia generale"*, McGraw – Hill. 1994