

Lo specchio dei sogni

L'ipnosi non è certamente una scoperta del XXI secolo e neanche del XX o del mesmerismo dell'800. Se vogliamo accettare tecniche di induzione ipnotica indirette, come canti, mantra, danze e altro, possiamo senza ombra di dubbio portare l'uso dell'ipnosi a periodi storici primordiali, probabilmente fin dai popoli primitivi quando, con l'uso di certe induzioni si desensibilizzavano i cacciatori alla paura innata delle belve o addirittura si creavano forme di trance che permettevano riti iniziatici molto cruenti. Queste induzioni sono state legate principalmente a tre concetti che si sono evoluti nei secoli: il primo è la magia, cioè un atto che era di per sé magico e dava sensazioni di onnipotenza; il secondo è la religione, cioè atti che permettevano più stretti contatti con il trascendente, con le divinità ai fini di acquisirne essenza divina, conoscenza del futuro e salvezza; il terzo era ed è legato alla scienza, ovvero alla conoscenza sempre più perfetta di come siamo fatti e i meccanismi che sottendono alle nostre azioni.

Parleremo dunque in questo articolo di un tipo di induzione che racchiude tutti e tre questi aspetti dell'ipnosi e ne ripresenta tutte le caratteristiche connesse: l'ipnosi alle vite precedenti. Non siamo qui a discutere l'idea religiosa, quindi fideistica, della reincarnazione, quanto dei pericoli che possono esserci nel riportare una persona a presunte rivisitazioni di passati ancestrali; e lo faremo, seppur brevemente, prendendo in esame la scoperta dei *neuroni specchio*.

Prima della scoperta dei neuroni specchio si studiava la natura e la fenomenologia dello stato di ipnosi con la tecnica dei potenziali evocati PE. Alcuni medici esperti di ipnosi hanno riportato: *Le ricerche si sono concentrate sostanzialmente su tre filoni:*

1. *Gli effetti delle suggestioni ipnotiche sulla percezione di stimoli uditivi, visivi, olfattivi o somatosensoriali;*
2. *La dimostrazione che lo stato d'ipnosi si accompagnerebbe ad un cambiamento di dominanza emisferica;*
3. *Lo studio di eventuali modificazioni dei rapporti funzionali tra le varie aree della corteccia cerebrale.*

Le ricerche fino a quel momento effettuate hanno dato però risultati contrastanti, sostanzialmente perché i vari parametri dei PE (numero della componenti, latenza, ampiezza, ecc...) potevano essere influenzati da una grande quantità di variabili, sia tecniche che metodologiche, che neurofisiologiche¹.

In effetti il panorama degli studi neurologici è nettamente mutato dal momento in cui i neuroni specchio sono stati scoperti da due ricercatori italiani parmensi. Essi hanno potuto spiegare molti meccanismi che prima potevano forse venire intuiti ma non spiegati e che ora hanno aperto un mondo di nuove ricerche e obbligano gli specialisti a rivedere molte tesi date ormai per scontate.

I neuroni specchio scaricano, nel momento in cui osserviamo un nostro simile fare una determinata azione, in modo che rappresenta un *come se* neurale dell'azione che stiamo osservando. In altre parole possiamo sperimentare le stesse emozioni, sensazioni, etc, di chi stiamo osservando,

¹ *Potenziali evocati uditivi in veglia, relax e trance ipnotica*, di AA. VV., studio dell'AMISI

soprattutto se queste fanno già parte del nostro bagaglio culturale o esperienziale. Oggi è provato che la nostra capacità di capire gli altri è dovuta in gran parte a cellule cerebrali chiamate appunto *neuroni specchio*. Per mezzo di questa attivazione i neuroni inviano dei segnali ai centri cerebrali emozionali del sistema limbico, facendo sì che noi stessi proviamo quello che provano le persone che abbiamo davanti.

Il dott. Iacoboni che ha condotto molte ricerche sui neuroni specchio scrive: *Grazie a questi neuroni ci si è resi conto che nel cervello, percezione e azione sono un processo unitario; essi ci aiutano a ricostruire nel nostro cervello le intenzioni delle altre persone, consentendoci una comprensione profonda dei loro stati mentali. Senza bisogno di virtù extrasensoriali il nostro cervello è in grado di accedere alla mente altrui servendosi dei meccanismi neurali del rispecchiamento e della simulazione*².

Secondo lo psicologo evolutivo Daniel Stern, i neuroni specchio forniscono una spiegazione dei meccanismi neurobiologici per comprendere molti fenomeni tra i quali: la lettura della mente di altri, specialmente delle intenzioni, la risonanza emozionale tra persone, i fenomeni dell'empatia. La scoperta dei neuroni specchio risulta dunque avere un alto potere esplicativo anche per un'altra ipotesi che riguarda la dinamica psicoterapica, secondo cui all'interno del setting terapeutico gli stati di coscienza che vi si possono generare vengono condivisi sia dal paziente che dal terapeuta. Infatti, alcune ricerche sulle dinamiche di attivazione neurofisiologica che si possono generare all'interno dell'incontro terapeutico hanno evidenziato l'insorgenza di stati alterati di coscienza condivisi tra paziente e psicoterapeuta.

E' stato anche provato che si ha maggiore attivazione dei neuroni specchio quando si è già orientati da idee o esperienze pregresse, tenendo presente che i neuroni specchio si attivano anche nell'area di Broca, ovvero il centro del linguaggio e dell'imitazione; quindi se capita di dire, leggere o sentire alcune espressioni, il cervello attiva le stesse cellule motorie che scaricano quando si compie l'azione descritta.

Il dott. Michael Heap invece ha coniato una definizione di suggestione ipnotica molto interessante pur senza prendere in esame i neuroni specchio: si può definire la suggestione come una comunicazione trasmessa verbalmente dall'ipnotista con lo scopo di pilotare l'immaginazione del soggetto in modo tale da produrre in lui dei cambiamenti voluti nel suo modo di comportarsi, pensare o sentire.

Anche il dottor Riccardo Arone di Bertolino ci ricorda che: *Il paziente a volte può in buona fede inconsapevolmente elaborare e produrre creazioni della propria fantasia, che ai suoi stessi occhi appaiono come veri ricordi, spinto dal desiderio di gratificare un terapeuta che abbia comunicato, anche involontariamente, particolari aspettative, oppure rendersi solo più interessante. In alcuni casi uno psicoterapeuta esperto può distinguere fra vero e falso, ma se il soggetto è molto abile questa distinzione di solito è impossibile*³.

Se questo è vero nella normale psicoterapia e anche nel normale stato di trance, tanto più potrà essere vero nella trance da ipnosi regressiva che vorrebbe condurre a vite precedenti, infatti ancora il dott. Arone di Bertolino, direttore di una delle due grandi scuole italiane di ipnosi clinica, afferma che uno studio anche minimamente critico e serio, condotto caso per caso, sul materiale prodotto in ipnosi relativo a vite passate, nei casi (pochi, pochi) in cui vi siano determinati ed esatti riscontri storici, scopre solo che questi facevano già parte della memoria inconscia e in ipnosi si può scoprire anche quando, in questa vita, questi dati sono stati percepiti e registrati.

² *I neuroni specchio*, di Marco Iacoboni

³ *Ipnosi regressiva*, di Riccardo Arone di Bertolino

Questo discorso lascia supporre che vi siano diverse variabili per le quali, quello che si pensa un ricordo di vita precedente, può essere o un'elaborazione della fantasia del paziente, o ancor più un rispecchiamento delle credenze e delle aspettative del terapeuta. In ogni caso non abbiamo nessun riscontro scientifico che le vite precedenti emerse alla coscienza dell'ipnotizzato siano reali.

In ipnosi vi sono tre importanti fattori che bisogna tenere presenti:

1. Quello che il paziente sa o suppone riguardo ciò che il terapeuta vuole sentirsi dire;
2. Le domande del terapeuta che guidano il paziente;
3. La manipolazione delle risposte fornite dal paziente durante la trance da parte del terapeuta, che ne manipola anche l'interpretazione.

Da tutto questo discorso possiamo intravedere quanto sia importante che il soggetto posto in ipnosi sia in perfetta sintonia con il terapeuta al quale non sarà difficile dirigere la trance e ciò che in essa viene detto. Questo è ciò che spesso avviene in normali psicoterapie; se poi la persona ha abbassato le difese lasciandosi andare alla trance, sicuramente sarà molto più recettivo ai discorsi, alle allusioni, ai timbri di voce, ai movimenti, alle credenze, a ciò che già sa del terapeuta, supportato forse in modo particolare dalla scarica dei neuroni specchio che amplificano il proprio raggio d'azione proprio perché non sono controllati dalla coscienza conscia.

I NS (neuroni specchio) rivalutano tutta la ricerca sul linguaggio non verbale del quale le persone sono più recettive che del linguaggio stesso; quale migliore occasione di esplicazione del linguaggio non verbale che la trance? Inoltre nel cervello si ha una zona neurale chiamata *sistema della condizione di default* (default state network). Questo sistema è costituito da una serie di aree corticali che registrano un'attività più intensa quando il soggetto è a riposo e un'attività ampiamente ridotta quando il soggetto esegue dei compiti cognitivi. Questa area è una specie di modalità di riposo del cervello, predominante quando lo stesso non ha di fronte a sé degli obiettivi o compiti specifici, quando cioè i soggetti vagano con il pensiero in quelli che sono definiti *sogni ad occhi aperti*. La nostra mente pertanto risulta molto più recettiva agli stimoli esterni (subito ripresi dai NS) in condizione di default (di cui esempio lampante è la trance ipnotica) che in stato di veglia, ovvero di attenzione.

La maggior parte degli studi psicologici hanno evidenziato il forte impatto persuasivo dettato dalla credibilità del terapeuta. La credibilità è una caratteristica attribuita alla fonte che si suppone abbia una conoscenza approfondita di un dato tema (expertise) e sia affidabile in quanto afferma la verità sul tema discusso (truthworthiness). Inoltre è innegabile che più le persone si piacciono a vicenda e più tendono a imitarsi reciprocamente; da ciò ne deriva che se un terapeuta propone qualcosa di strano e il soggetto ne ammira la conoscenza e la personalità, sarà non solo attratto da lui ma sarà già propenso a seguire in tutto per tutto ciò di cui gli riconosce esperienza e credibilità; una volta avviata la presunta terapia il paziente stesso fornirà al terapeuta (consciamente o incoscientemente) i suoi punti deboli, le paure, e altri elementi per ottimizzare il conseguente inevitabile condizionamento.

Nel caso di ipnosi, la sospensione della mente conscia, e quindi della capacità critica, può spiegare perché si sia pronti ad accettare suggestioni che sono già annidate nell'inconscio e si dia loro realtà e utilizzazione.

Può succedere che in ipnosi emergano ricordi, scene, immagini che sembrano risalire a vite passate. È un fenomeno abbastanza comune quando soggetto e operatore credono ambedue nella reincarnazione e lo ricercano. Ma quando il terapeuta e il paziente non ci credono e non si

*pongono minimamente il problema, questo fenomeno non avviene*⁴. Si comprende bene a questo punto quanto sia importante il ruolo del terapeuta nel determinare la credenza di regressione a vite passate. Uno dei principali fautori di ipnosi regressiva a vite precedenti, italiano, afferma: *E' benefico svelare ad ogni paziente che vedo in studio questo grande segreto: l'attuale sofferenza è la conseguenza del nostro libero arbitrio e degli atti compiuti in precedenti cicli esistenziali. E' quindi il karma, il nucleo portante della mia psicoterapia e se la legge di casualità spirituale fosse una mia illusione, una chimera, rimarrebbe da spiegarsi come mai questo mio "strano metodo" consegua enormi risultati*⁵. Come si vede è chiaro che il dottore in questione comunica subito le aspettative al paziente.

Il dottor Brian Weiss, americano specializzato in ipnosi per la regressione delle vite precedenti, un po' più realisticamente afferma: *Ho assistito a molti fenomeni straordinari e incredibili, ma non ritengo sia necessario credere alla reincarnazione per godere dei benefici della terapia della regressione. Vengono portate alla consapevolezza informazioni importanti a prescindere dal fatto che il materiale rievocato sia mediato sotto forma di metafora o simbolo; la conoscenza e le intuizioni ottenute possono indurre significative trasformazioni fisiche, emozionali o spirituali. ... Non è importante stabilire se ciò che affiora sia un simbolo, una metafora, un ricordo vero, la vostra immaginazione o tutte queste cose mescolate insieme*⁶.

Secondo noi è invece molto importante stabilire la veridicità e soprattutto guidare uno stato alterato di coscienza in un soggetto che si affida alle cure specialistiche, soprattutto per non incorrere in una sorta di manipolazione mentale che è sempre eticamente scorretta da parte di chi detiene le redini momentanee della mente altrui. E' innegabile che nessuno può costruire per un altro una metafora più significativa di quella che una persona costruisce per se stessa, ma si tratta, in questo caso, di una *fantasia guidata* in cui il paziente persegue qualche fantasia di sua scelta, mentre la sua attenzione viene indirizzata dalle osservazioni e dalle domande del terapeuta verso gli aspetti più potenzialmente significativi della fantasia stessa. Fantasia guidata non ha però lo stesso significato di realtà, per cui se il paziente viene indotto a credere reale una fantasia, oltremodo determinata dal terapeuta, si raggiunge quasi inevitabilmente un danno emotivo e cognitivo.

Tenendo conto che l'ipnosi determina nel soggetto uno stato di rilassamento psichico, questo se mal gestito può determinare complicazioni psichiche, delle quali parla diffusamente il dottor MacHovec: *abbassamento della soglia di tolleranza dello stress, acting out antisociale, acting out sessuale, allucinazioni tattili, anergia, ansia e attacchi di panico, avversione fobica, cambiamento di personalità, competenze sociali inadeguate, comportamenti regressivi, confusione, crisi d'identità, deficit di attenzione, depersonalizzazione, depressione, derealizzazione, disagio fisico, disfunzioni sessuali, distorsioni dello schema corporeo, disturbi della memoria, insonnia, intorpidimento, ipersonnia, iperdipendenza, mal di testa, nausea e vomito, paura o assenza di paura, pensiero delirante, deconcentrazione, pianto incontrollato, psicosi, reazioni istrioniche, ricordi traumatici, ritardo psicomotorio, senso di colpa, somatizzazioni, sostituzione del sintomo, stordimento, suggestionabilità distorta, svenimenti, trance spontanea, tremori, vertigini*⁷.

Se a questi pericoli aggiungiamo la coercizione psicologica e "spirituale" della credenza nella reincarnazione e susseguente credenza nella verità di esperienze antiche di altre vite alle quali il paziente viene obbligato a credere, potremmo ottenere un cocktail micidiale per la mente del

⁴ *Ipnosi regressiva*, di Riccardo Arone di Bertolino

⁵ *L'amore maestro*, di Angelo Bona

⁶ *Lo specchio del tempo*, di Brian Weiss

⁷ *Hypnosis Complications*, di MacHovec

paziente stesso. Molto diverso invece è prendere questi presunti ricordi come fantasie e metafore dell'inconscio e guidarle al superamento.

L'età adulta significa assunzione di responsabilità. Questo a sua volta implica la capacità di gestire le più svariate situazioni. La regressione rappresenta un sistema di difesa mentale tramite il quale una persona, sottoposta a stress emozionale, cerca rifugio in un'età precedente. Ciò significa che si libererà dapprima delle sue più recenti strutture e percezioni della personalità e che più fondo regredirà, più indietro nel tempo riporterà l'orologio del proprio bagaglio di valori, conoscenze, capacità, responsabilità e valutazione di sé e della realtà⁸. Il continuo rinnovare la trance ove far riemergere presunti ricordi di vite precedenti ha come caratteristica proprio la deresponsabilizzazione e il mantenimento del paziente in uno stato di sudditanza psicologica e emotiva, sia dal terapeuta, sia dall'ulteriore emersione di ricordi che diano la possibilità di comprendere le attuali difficoltà. "L'iniziale cammino di trance di norma fa emergere esistenze pregresse, ove i soggetti rappresentano il ruolo della vittima. Si deve poi continuare per ricercare in quale vita precedente lo stesso abbia rivestito i panni del carnefice"⁹. Ogni serio psicoterapeuta sa molto bene che con una tecnica simile si può portare il paziente fino alla psicosi e alla scissione di personalità.

Anche nel libro *Psicoterapie folli* viene confermata la pericolosità delle terapie ipnotiche a vite precedenti: *Nei numerosi casi di cui siamo a conoscenza, i pazienti sono stati danneggiati in diversi modi. Quando la terapia termina, spesso perché il paziente finisce i soldi, il paziente viene lasciato solo con le sue difficoltà e con la sensazione di essere fuori dalla realtà e di essere stato vittima di qualche abuso. Le vite precedenti che emergono durante la terapia raramente sono felici e la manipolazione dei ricordi che viene fatta durante tali sedute tende a lasciare il paziente confuso e incapace di svolgere le sue normali attività. Ad aumentare la confusione c'è il fatto che molti terapeuti hanno l'incrollabile convinzione che la memoria umana sia come un nastro magnetico che registra tutto ciò che accade alla persona. Questa idea va contro decenni di ricerca scientifica che hanno dimostrato che la memoria ricostruisce, che non tutto viene registrato e ancor meno viene ritenuto o è accompagnato dalle stesse emozioni provate all'epoca in cui è successo il fatto¹⁰. Per questo motivo durante l'ipnosi è possibile far rivivere certe emozioni o ricordi passati, quasi sorvolandoci sopra, rivisitandole abbassandole di emotività: se il ricordo fosse esattamente quello passato, probabilmente sarebbe un processo quasi impossibile e sempre distruttivo.*

La terapia delle vite precedenti implica l'indurre il paziente ad accettare un sistema di credenze e il suo gergo. Ascoltando le raccomandazioni del terapeuta, alcuni pazienti finiscono con l'adottare una nuova visione del cosmo e una nuova fede religiosa: *"Nella mia pratica clinica, lungo i percorsi di ipnosi regressiva, notavo nel corso degli anni e delle tante persone che trattavo, il manifestarsi di un linguaggio che risuonava dai sette centri (chakra). ... Compresi che la modica pressione nelle aree dei centri attivava la sincerità racchiusa nelle sette galassie del linguaggio e notai quanto ciò fosse terapeutico. ..."¹¹. Durante un convegno un medico, chiarisce i concetti riportati sui cd che ha messo in commercio registrati durante una presunta trance di vita precedente: *"Vi sono all'origine 5 pulsioni cosmiche, archetipi celesti, grandi simboli cosmici, 5 etnie che convergono a convegno dentro l'anfiteatro del Sole e stanno decidendo che l'evoluzione terrestre deve essere dominata dalla Consapevolezza dell'Uno. ... Queste erano 5 popolazioni etniche**

⁸ *Mindfucking*, di Stefano Re

⁹ *L'amore maestro*, di Angelo Bona

¹⁰ *Psicoterapie folli*, di Singer e Lalich

¹¹ *Ipnosi regressiva e linguaggio dei centri*, di Angelo Bona (articolo reperibile in Internet)

siderali: Kun, Horus, Daorai, Oshun e Lir. ... Jung è un mio carissimo amico e viene molto spesso a parlare con me in sogno. E così chiariamo insieme alcuni concetti. L'altro ieri ero in studio con Akhenaton e Nefertiti: lei bellissima donna, in grande ambascie per Akhenaton. Una scena meravigliosa. Io ormai continuo ad avere visioni continue con trasposizione temporali. Dopo 25 anni di cambi d'epoca è ormai per me usuale passare continuamente da ere diverse e trovarmi davanti a personaggi diversi. ... Noi abbiamo 2 cavallucci marini nel cervello (ippocampi) che sono due esploratori della nostra psiche. ... Nel 2012 ci sarà il rinnovamento dell'Universo".

Chi si rivolge a terapeuti simili è logico che sia già reso edotto delle aspettative e delle conoscenze dell'ipnologo e in parte ne mutui il linguaggio e gli atteggiamenti anche grazie ai neuroni specchio. Ma può essere passato tutto questo come verità? A noi sembra piuttosto il classico sistema di credenze di stampo new age, alle quali pensiamo di associare la psicoregressione alle vite precedenti.

Il cliché delle terapie new age è fondato su cinque elementi che difatti sono ben presenti nella terapia R a vite precedenti:

- a) Antico segreto: vi è una verità assoluta o fondamentale che risiederebbe in qualche antica e spesso poco precisata cultura;
- b) Cecità della scienza ufficiale: la scienza è fallace e porta con se spaventosi pericoli. Lo smarrimento di fronte al mistero della morte che evidentemente la scienza non è in grado di contrastare, apre le porte al desiderio di fonti alternative, da cui trarre fiducia e speranza;
- c) Responsabilità terapeutica: se la cura fallisce è sempre colpa dello scetticismo o della negatività del paziente;
- d) Trasformazione: l'individuo è visto come prigioniero delle sue precedenti convinzioni religiose, universali, morali e psicologiche. Solo il loro superamento può permettergli di percepire la presenza dell'Universo parallelo. Cambiare valori, parametri e definizioni della realtà e del Sé diventa il principale obiettivo;
- e) Amore: il concetto di "amore" nella new age è più invadente del prezzemolo. Ma in termini clinici si presenta come una specie di regressione. L'emotività viene espressa, forzatamente esaltata e occorre "lasciarsi andare ad essa". L'exasperazione dell'emotività squalifica il pensiero critico e coerente, impedisce la riflessione, permette associazioni mentali immediate e l'emergere di fantasmi inconsci¹².

Come tutte le terapie new age salutistiche, anche l'ipnosi regressiva a vite precedenti rappresenta una bella fonte di guadagno assicurato; infatti molti gruppi settari o salutistici immettono nelle loro pratiche la regressione a vite passate, come se fosse un dato scientifico assodato. In Internet per esempio troviamo un'*Accademia di Regressione alle vite passate* che con corsi residenziali in Inghilterra di soli quattro giorni rilascia un "diploma in Regression Therapy", abilitando i partecipanti come professionisti. Nel corso si insegna cos'è l'ipnosi e come la si può indurre, ma immediatamente al secondo punto del programma si insegnano "domande di apertura e di direzione per esplorare la vita passata", "integrazione dei frammenti d'anima del cliente" e "intercessione e utilizzo degli aiutanti e delle guide del mondo spirituale", mischiando così tranquillamente ipnosi, regressione, reincarnazione, spiritismo, ufologia e altri concetti che di scientifico hanno ben poco. Solo al diciottesimo punto del corso viene insegnata la "registrazione delle informazioni sul cliente, incluse le considerazioni etiche, legali e morali" mentre all'ultimo punto (28°) troviamo le "controindicazioni per la terapia regressiva".

¹² *Mindfucking*, di Stefano Re

E' evidente che un vero terapeuta saprebbe guidare anche questo tipo di fantasie, ma possiamo solo immaginare i guai che possono essere provocati da chi, in maniera del tutto sommaria e fantasiosa, ipnotizza una persona e la lascia spaziare nelle presunte vite precedenti, confermandole semmai timori, presentimenti, angosce, slatentizzando sentimenti di ostilità verso altri o al contrario di affetto sconsiderato, magari facendo credere che in una vita precedente due persone siano state legate sentimentalmente, dando per vero che si è stati rapiti dagli alieni per esperimenti genetici o che, essendo stati gli aiutanti di Galileo, si sia stati resi edotti di segreti arcani che ancora ora vengono trasmessi via telepatica, e altro.

Chiediamoci a questo punto cos'è che attira la gente a sottoporsi a una regressione ipnotica a vite precedenti, pur spendendo un mare di soldi e rischiando la salute psichica e emotiva. Per capirlo dobbiamo ricorrere ai principi di controllo mentale, già codificati da diversi psicoterapeuti. Robert Joule, docente di psicologia sociale all'Università di Aix-en-Provence ci fornisce tre criteri:

- 1) Coinvolgere il soggetto con una prima, strumentale proposta di partecipazione, cui fa seguito una più impegnativa richiesta. Il soggetto viene condotto quindi a rendersi "disponibile" ad ulteriori richieste. Nel caso dell'ipnosi regressiva notiamo che in genere la persona si rivolge al terapeuta portando il proprio "sogno", che viene immediatamente ripreso e decodificato dall'ipnologo che richiede al soggetto sempre maggiori "prestazioni" e compie presunte ulteriori ricerche nella mente e nei ricordi del soggetto.
- 2) Chiedere al soggetto qualcosa di esagerato o irragionevole per poi ridurre la richiesta a quello che effettivamente era l'obiettivo iniziale. Il paziente si reca dall'ipnologo con già la certezza che gli sarà chiesto (direttamente o indirettamente) una prestazione notevole: la riemersione certa di vite precedenti. Accondiscende alla richiesta e solo dopo alcune sedute, l'ipnologo scenderà di pretese per non perdere il cliente al quale dopo un po' l'immaginazione verrà a mancare e anche il desiderio di conoscenza o di risoluzione dei problemi. In questo modo però si mantiene un legame di dipendenza con il terapeuta... almeno fino a che ci sono soldi per le terapie.
- 3) Fornire al soggetto informazioni errate o incomplete riguardo la richiesta-proposta avanzata celandone aspetti sgradevoli o aggiungendo particolari alettanti che in seguito verranno smentiti. In questo caso gli individui, una volta presa una posizione, si sentiranno vincolati ad essa, soprattutto nella misura in cui pensano di averla scelta liberamente. A nessuno piace essere preso in giro e la mente pone in atto un meccanismo di difesa che si oppone a quella che si chiama dissonanza cognitiva: cioè per non entrare in conflitto con quello che si è dimostrato irrazionale e stupido, si accetta come verità colata quello a cui si è stati portati a credere. Anche questo però pone il soggetto in totale dipendenza dall'ipnologo e dalle sue teorie, per quanto stravaganti esse possano essere state.

Se a questi tre principi di controllo mentale aggiungiamo quello di cui abbiamo parlato in precedenza, ovvero i neuroni specchio che talvolta (per correttezza diciamo che la ricerca in tal senso è in pieno svolgimento) possono indurre a credere di avere davvero il potere di evocare vite passate, solo perché essi rispecchiano le aspettative del terapeuta, il linguaggio verbale e non verbale dell'ipnologo che induce a falsi ricordi (la sindrome del falso ricordo è un problema psichico molto serio e difficile da dipanare); il principio di autorevolezza che da subito si dà all'operatore senza minimamente porre il dubbio che qualcosa di quello che viene detto possa non essere vero, e altro, possiamo ipotizzare che la terapia ipnotica regressiva a vite passate sia niente altro che una delle tante tecniche di controllo mentale che di terapeutico ha ben poco.

In alcuni siti Internet che parlano e propongono regressioni alle vite passate (ricordiamo che vi sono anche le visitazioni delle vite future, condotte sempre in trance ipnotica) troviamo alcuni

passaggi importanti che ancora una volta ci riportano realisticamente a tutto ciò di cui abbiamo accennato sopra.

L'ipnosi regressiva è una tecnica sperimentale che può essere utilizzata durante una psicoterapia che permette di ricercare le cause dei conflitti attuali nel mondo remoto dei *sogni di trance*, che possono assumere l'aspetto di precedenti vite; durante l'ipnosi regressiva si possono rivivere come accaduti fatti reali e fatti che non trovano riscontro nella biografia del soggetto in ipnosi. Questi vissuti possono essere *interpretati* in vari modi: come fantasie trasformate in realtà, come fatti traumatici avvenuti in vite precedenti, come traumi subiti da altre persone con cui si è stati in relazione, come trasmissione genealogica del trauma. La trance viene utilizzata di solito dopo un accordo, ad una sorta di complicità implicita tra soggetto e ipnologo. *L'inconscio non fa distinzione* tra reale e immaginario; ciò che permette vividezza alle memorie all'interno della mente è l'aspetto emozionale. Se una persona non inizia il cammino con la convinzione implicita della possibilità di vite passate non si ricaverà molto dalla terapia poiché i principi fondamentali della persona (valori, credenze, convinzioni...) che venissero violati dal terapeuta avrebbero come risultato l'immediato risveglio del soggetto.

Naturalmente diverso è il caso di una fantasia espressa in stato ipnotico, che serve a far emergere sotto metafora l'inconscio del paziente e che va sapientemente e clinicamente guidata e risolta.

Per concludere riteniamo discutibile e dannosa una qualsiasi forma di ipnosi regressiva a vite precedenti e ci sembra di intravedere questo parere anche nel mirabile testo "Istruzioni per rendersi infelici", di Watzlawick che sembra dare importanti indicazioni per incastrarsi con le proprie mani, abbandonandosi ai falsi ricordi di vite precedenti e a quello che ne conseguirebbe come comportamento attuale: *Si deve al filosofo Karl Popper l'interessante idea secondo cui, per esprimerci semplicemente, la terribile profezia che Edipo apprese dall'oracolo si avverò proprio perché egli la conosceva e la fuggiva. Proprio ciò che egli fece per evitarla ne determinò l'avverarsi. ... In primo luogo deve esserci una predizione, nel senso più ampio del termine, dunque una qualsiasi aspettativa, preoccupazione, convinzione o semplicemente un sospetto che le cose andranno così e non altrimenti. Bisogna aggiungere che tale aspettativa può essere provocata o dall'esterno, magari da altre persone, oppure da qualche convinzione interiore. In secondo luogo l'aspettativa deve essere vissuta non come semplice attesa, bensì come una realtà incombente, per evitare la quale devono essere prese immediate contromisure. In terzo luogo, la supposizione è tanto più convincente quante più persone la condividono, oppure quante di meno sono le supposizioni già comprovate dal corso delle cose, a cui essa contraddice. ... Piuttosto che impegnarsi in una politica dei piccoli passi, perseguendo scopi ragionevoli e raggiungibili, conviene scegliersi una meta straordinariamente elevata¹³.*

¹³ Istruzioni per rendersi infelici, di Paul Watzlawick

BIBLIOGRAFIA

APA – *Diagnostic and statistical manual DSM IV* – American Psychiatric Press

Arone di Bertolino Riccardo – *L'ipnosi regressiva* – tratto da *Rivista Medica di Ipnosi e Psicoterapia*, vol.I 2001, ed SMIPI

Arone di Bertolino Riccardo – *La creazione dell'immagine e del desiderio* – tratto da *Rassegna di Psicoterapie* vol 13 n°2, 1986, ed. Min Medica

AA.VV. – *Potenziali evocati uditivi in veglia, relax e trance ipnotica* – Atti del XI congresso nazionale AMISI, 1998, ed. Mosconi

Bandler, Grinder – *Ipnosi e trasformazione* – Astrolabio

Barber T. – *Ipnosi: un approccio scientifico* – Astrolabio

Bona Angelo – *La dolce novella* – Wormhole Communication

Bona Angelo – *Il palpito dell'Uno* – Wormhole Communication

Bona Angelo – *L'amore maestro – Molte vite per raggiungere se stessi* – Oscar Mondadori

Cavazza Nicoletta – *La persuasione* – Il Mulino

Chellini Paolo – *La dinamica del rito, tra gioco, senso del sacro e guarigione* - tratto da *Rivista "Simposio"*, anno 3 n°2, sett. 2007

Cialdini Robert – *Le armi della persuasione* – Giunti

Damaso A.R. – *Emozione e coscienza* – Adelphi

David Gordon – *Metafore terapeutiche* – Astrolabio

Erickson, Rossi – *Tecniche di suggestione ipnotica* – Astrolabio

Groham David – *R- come terapia* – SIAD

Hambleton Roger – *Ipnositerapia sicura* – Armando editore

Hatfield, Cacioppo, Rapson – *L'incidenza delle emozioni nei rapporti con gli altri* – San Paolo

Iacoboni Marco – *I neuroni specchio* – Bollati Boringhieri

Jodorowsky Alejandro – *Psicomagia* – Feltrinelli

MacHovec – *Hypnosis Complications* – Ed. Charles Thomas

Moody, Perry – *Ricordi di altre vite* – Mondadori

Re Stefano – *Mindfucking* – Castelvevchi

Singer, Lalich – *Psicoterapie folli* – Erickson

Stevenson Jan – *Bambini che ricordano altre vite* – Mediterranee

Stevenson Jan – *Rivivere le vite passate* – Mediterranee

Vasiljev Leonid – *Esperimenti di suggestione mentale* – MEB

Watzlawich Paul – *Istruzioni per rendersi infelici* – Feltrinelli

RIASSUNTO:

Vari studi lasciano supporre che l'ipnosi regressiva che riporta il paziente alle presunte vite precedenti, sia sempre indotta dal terapeuta. Per analizzare i pericoli che questa metodica può presentare, soprattutto se fatta da persone inesperte di psicoterapia, abbiamo preso in forte considerazione la recente scoperta neurofisiologica dei neuroni specchio e della loro incidenza soprattutto in momenti di default in cui la mente viene posta attraverso la tecnica ipnotica; questi associati solitamente a tecniche di controllo del linguaggio e del condizionamento psicologico.

keyword: vite precedenti, regressione ipnotica, neuroni specchio, condizionamento, linguaggio, pericoli.

Several studies have highlighted that the past lives regression is always induced by the therapist. In order to analyze the dangers of this practice especially when carried out by therapists without experience in psychotherapy, we have used a new discovery in neurophysiology: the so called mirror neurons. These neurons can influence the mind especially in those moments of default due to hypnotic technique in association with language and psychological manipulation.

Keywords: past lives, hypnotic regression, mirror neurons, manipulation, language, danger,

Silvana Radoani

Copyright – 2009

Articolo pubblicato come Editoriale sulla

Rivista Medica Italiana di Psicoterapia e Ipnosi – anno XXI, vol I, giugno 2009, ed. SMIP