



MAGAZINE
Anno 6 - Numero 2 - apr/set 2007



Psicoterapeuta Ph.D. in Hindo-Vedic Psychology

Anno 6 - Numero 2
apr/set 2007

«Colui che vede tutti gli esseri viventi ricordando che lo sono presente in ognuno di loro, e offre il dovuto rispetto a tutti prendendo rifugio in questa conoscenza divina, è considerato veramente saggio»
[11.29.13 S.B.]

Il potere magico dell' Amore

*Trasformazione e ampliamento di coscienza secondo gli Insegnamenti dei grandi Maestri d'Oriente e d'Occidente
della Dott.ssa Caterina Carloni*

Un dato incontrovertibile che emerge dalle ricerche scientifiche condotte in tutto il mondo sull'efficacia e sull'utilità della psicoterapia è costituito dall'importanza imprescindibile della qualità del rapporto paziente-terapeuta nel produrre modificazioni di personalità

L'American Psychological Association, in occasione del centenario della sua fondazione, ha pubblicato un articolo di Lambert e Bergin in cui vengono riassunte le principali conquiste della ricerca in psicoterapia. Ne è emersa la necessità di prestare attenzione non solo all'aspetto metodologico del processo terapeutico, poco determinante in termini assoluti, ma anche e soprattutto alla varietà dei fattori connessi al rapporto emotivo tra l'operatore e il paziente [la fiducia, l'empatia, il calore umano, l'accettazione].

Questi dati aprono un nuovo orizzonte di studio e di riflessione sul valore dei sentimenti e degli affetti nel promuovere la trasformazione delle coscienze, oltre a spiegare l'effetto positivo di tante terapie non convenzionali e di tante figure paraprofessionali nel trattamento e nella prevenzione della sofferenza psichica.



Il concetto di salute mentale sembra acquistare un significato molto più profondo e completo alla luce dell'evidente funzione di sblocco e di crescita svolto dal riconoscimento e dall'espressione dei propri sentimenti d'affetto, di dedizione e di abbandono. Ben lontano dal sentimentalismo e dalla passione fisica, questa grande fonte di cambiamento e di elevazione della coscienza si trova all'interno di ognuno di noi e rappresenta un potere speciale di integrazione e sviluppo della personalità.

Non è un caso se una gran mole di ricerche, condotte da autori appartenenti a varie scuole di pensiero, ha dimostrato la funzione di primo piano svolta dall'empatia, cioè la capacità di mettersi nei panni dell'altro, nel favorire, seppure con implicazioni complesse, l'efficacia di un'azione terapeutica.

Molti studi sono stati compiuti anche sul fenomeno del transfert, inteso dapprima come uno spostamento di affetti da una rappresentazione all'altra, in seguito come uno specifico fenomeno clinico e come indispensabile strumento terapeutico per scoprire le resistenze ed eliminarle.

Ma il transfert, concepito come processo mediante il quale una persona, sulla base di un antico cliché, riattiva pensieri e condotte originariamente rivolte a persone della propria passata esperienza, è comune a diverse situazioni interpersonali e caratterizza il modo di condurre la vita amorosa e relazionale. Risanare tali comportamenti equivale a sviluppare un alto senso di benessere e di comprensione del vero scopo della vita.

Un grande santo e mistico come San Paolo, nel suo indimenticabile Inno alla carità della prima lettera ai Corinzi, proclama che «Anche se parlassi le lingue degli angeli, ma non avessi

l'amore, sarei come un bronzo che risuona o un cembalo che tintinna, e anche se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza, e anche se possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi l'amore, non sarei nulla».

I testi classici dell'antica psicologia indovedica sono ancora più espliciti. Lo Srimad Bhagavatam, opera monumentale della tradizione bhaktivedantica, afferma la superiorità assoluta del metodo della Bhakti [letteralmente "via dell'Amore"] nel processo di integrazione e realizzazione del sé. È per questo che il vero trattamento psicologico, secondo questa scuola, non può prescindere da un percorso di purificazione della coscienza che inizia dallo sviluppo di un sentimento positivo rivolto dapprima alla Divinità e al Maestro, e poi, per naturale estensione, a tutte le creature.

Scrivo il Prof. Marco Ferrini, Presidente e fondatore del Centro Studi Bhaktivedanta [www.c-s-b.org]:

«L'educazione ad amare è fondamentale nella vita di ognuno. Questo sentimento va realizzato direttamente perché non lo si può insegnare o apprendere per via teorica; lo si può conoscere solo sperimentandolo, vivendolo. L'amore è forza viva, gioia radiante e luminosa che solleva, porta oltre, fuori dalla schiavitù degli automatismi mentali, lontano dal fallimento. È quel sentimento speciale che permette di superare ogni altra emozione e sentimento negativo: invidia, paura, collera, risentimento. I Veda insegnano che, se non puntiamo su amore universale e divino, non potrà esserci successo e soddisfazione neanche nelle relazioni umane. Per una coscienza evoluta risulta inaccettabile, contraddittorio e riduttivo amare qualcuno e altri no, amare i nostri figli e disinteressarsi dei figli altrui, amare i nostri genitori e non curare i genitori degli altri. Amare vuol dire amare senza limiti. «Ama il prossimo tuo come te stesso» è un insegnamento grande, che non va mutilato limitandolo alla forma umana: significa infatti amare tutte le creature».

[LA LEADERSHIP DEL BENESSERE - EDIZIONI CSB].

Molti straordinari esempi di "terapie dell'Amore" ci vengono, d'altro canto, dalla letteratura classica di tutto il mondo.

La raccolta di fiabe che costituisce il libro delle Mille e una notte racconta, ad esempio, di un percorso di trasformazione di coscienza attuato per mezzo dell'ascolto di narrazioni fantastiche e avvincenti che purificano e guariscono le vecchie ferite psicologiche di un re tradito.

Dopo tre anni e mezzo di "terapia dell'ascolto", la narratrice [Sharazad] e il suo curioso uditore [il re Shariyar] si sposano, cessano le esecuzioni capitali e si celebra una grande festa in tutto il regno.

Il mito di Amore e Psiche illustra il processo di realizzazione di una vera unione d'amore, fatta di conoscenza, consapevolezza e coraggio. Psiche verrà accolta nell'Olimpo come sposa di Eros solo dopo essere scesa nell'Ade e aver realizzato la natura divina del suo amato.

Il libro di Tobia della tradizione ebraica è un altro esempio di come il ricongiungimento di una parte profonda di sé con il Sé universale produca evoluzione e conquista della felicità.

Qui, il superamento delle prove dei protagonisti, Tobia e Sara, si realizza grazie all'intervento di un'entità celeste, l'angelo Raffaele, che guarisce dalla cecità il padre di Tobia [la mancanza di visione spirituale], libera Sara dal demonio Asmodeo [gli ostacoli interiori] e procura beni e risorse [i talenti umani] alla coppia.

L'Amore, come la magia, è trasformazione di coscienza.