

**Attilio Maria
Scarponi**



Ipnosi tra passato, presente e futuro

***Dalla preistoria ai nostri giorni.
Prospettive teoriche e ricerche***



Introduzione

L'ipnosi nasce in epoche preistoriche, abbiamo testimonianze già in epoca egiziana, almeno tremila anni avanti Cristo, nel cosiddetto papiro di Ebers.

Egualemente abbiamo testimonianze in epoca caldea, ebraica, cinese e praticamente in tutti i popoli, ma soprattutto troviamo l'ipnosi nella religione sciamanica, probabilmente alcuni millenni avanti Cristo.

Greci e romani la praticavano in varie forme. Successivamente alle invasioni barbariche il suo utilizzo fu molto ridotto, come tutta la cultura classica

Bisogna arrivare al rinascimento per riscoprirne l'uso e all'età moderna per riscoprirne l'utilizzo progressivamente per aspetti medici e psicoterapici, oltre che di spettacolo.

La stessa concezione di cosa è l'ipnosi è soggetta nel tempo a variazioni e cambiamenti: passiamo dalla concezione di Mesmer, il primo ipnotista moderno, dell'ipnosi come fluido magnetico, alla visione di Braid, inglese che diede il nome di Ipnosi all'ipnosi e ne diede una visione fisiologica, a quella di Bernheim che, in contrasto con Charcot, il grande medico della Salpetriere, diede dell'ipnosi un visione ideodinamica, o a Janet che ne diede una visione psicologica.

Un cambiamento radicale lo produsse Milton Erickson, che portò l'attenzione sulle risorse della persona sviluppando l'ipnoterapia, in modo flessibile ed efficace più che mai.

Possiamo concludere affermando che l'**ipnosi** è uno strumento antico di cura, oggi l'ipnosi moderna porta con sé quei meccanismi che consentono di sbloccare situazioni psicologiche problematiche, con una concezione scientifica, avendo abbandonato tutta la concezione "magica" che inizialmente i primi guaritori utilizzavano.

Ma cosa ci riserva il futuro? Gli studi proseguono, si continua a ricercare il significato dell'ipnosi e insieme a sviluppare nuove tecniche per ottenere sempre nuovi processi sia di guarigione, a fronte di nuove problematiche, sia ad approfondire il significato dell'ipnosi in nuovi contesti.

Erickson è ormai alle nostre spalle, studi universitari e delle scuole sono ormai il futuro, scienza e neuroscienze si danno la mano nel produrre sempre nuove ipotesi e nuovi risultati.

Attilio Maria Scarponi

L'IPNOSI: DALLA PREISTORIA AI NOSTRI GIORNI

L' ipnosi nella preistoria: Attraverso il tempo, oscuramente.....

Anche se la storia dell'ipnosi si fa iniziare convenzionalmente dal XVIII secolo, con Franz Antoine Mesmer, le sue origini sono ben più remote: l'analisi della documentazione e l'osservazione dei popoli primitivi contemporanei ci mostrano infatti come già nella preistoria venissero praticati riti e cerimonie che utilizzavano largamente le tecniche che oggi chiamiamo ipnotiche, praticate da quelle figure di sacerdoti/guaritori detti Sciamani.....

Il più importante contributo al recupero di queste pratiche nel loro carattere universale è stato dato da Michael Harner, antropologo americano che ha riproposto la pratica dello sciamanesimo in Occidente.

Secondo la sua visione, lo sciamanesimo è un fenomeno magico-religioso che, attraverso una metodologia, si avvale di facoltà umane universali e, come tale, presente in ogni cultura e utile anche per l'uomo contemporaneo.

L'approccio di Harner tende ad astrarre dalle singole tradizioni religiose e cerca di rappresentare una sintesi del metodo seguito dagli sciamani a prescindere dalla loro cultura (core shamanism).

Vale la pena spendere qualche parola sullo sciamanesimo perché, in modo più o meno palese, esercita ancora una profonda anche se spesso sottile e non riconosciuta influenza sulle nostre convinzioni e sul nostro modo di intendere la realtà.

La Religione Sciamanica

Il modo caratteristico di operare dello sciamano è il viaggio in altri mondi in uno stato alterato di coscienza allo stesso modo che nell'ipnosi si va in trance. Lo sciamano viaggia verso il mondo degli spiriti, mentre l'ipnotista "scende" verso l'inconscio. Entrambi, stato alterato di coscienza sciamanico e stato di trance ipnotica, spostano l'attenzione sull'interno di noi stessi, utilizzando la modalità analogica e creativa, tipica dell'inconscio in luogo di

quella critica e razionale dello stato di veglia per esplorare i mondi interiori sconosciuti alla mente conscia.

Modalità di azione

Sia nell'ipnosi moderna, sia nell'ipnosi sciamanica l'ipnotista/sciamano favorisce la ricerca delle risorse del cliente , che nell'ipnosi sciamanica possono essere spiriti propizi o animali



del potere, che hanno il compito di aiutare il cliente con potere e conoscenza.

Lo sciamano è innanzi tutto un guaritore spirituale che agisce anche sul piano mentale e su quello fisico. Nella religione sciamanica, infatti, squilibri e malattie hanno origine e causa a livello spirituale, e quindi occorre intervenire a questo livello. Un'altra sua funzione è la divinazione: Ma non è lui ad avere questi poteri bensì gli spiriti che possono vedere presente, passato e futuro. Con l'aiuto degli spiriti, può leggere le venature di una foglia, la forma delle nuvole, le pietre o qualunque altro elemento della natura.

Lo sciamano crea armonia intorno a sé raccontando le sue esperienze della realtà "altra" in modo positivo e potenziante per la comunità di cui fa parte e che assiste.

Accompagna le persone nel momento della morte che, per lui altro non è che un cambiamento di stato.

L'Universo sciamanico distingue di tre mondi:

Mondo inferiore o mondo di sotto: è abitato dagli animali guida che ci offrono potere e conoscenza in accordo alle loro caratteristiche.

Mondo superiore o mondo di sopra: è prevalentemente abitato da spiriti ma possono essere antenati, personaggi illustri, ecc. Lo sciamano viaggia in questo mondo per migliorarsi spiritualmente o per affrontare spiriti ostili.

Mondo intermedio o mondo di mezzo: è il livello di realtà dove viviamo, ma anche qui possiamo istituire un rapporto con gli spiriti, fare pellegrinaggi a luoghi sacri per trovare ispirazione, vedere come stanno parenti lontani o localizzare branchi di animali migratori.

La guarigione

La guarigione è uno dei compiti principali dello sciamano e forse il compito principale. Per lo sciamano tutte le malattie hanno un'origine spirituale.

Nella visione sciamanica ci ammaliamo quando perdiamo il nostro potere che gli sciamani cercano di mantenere sempre vivo con i propri rituali.

Il potere è la capacità di essere vitali o, a seconda degli ambiti, incisivi ed efficaci (l'equivalente dell'energia nelle religioni orientali). Abbiamo pertanto il potere di guarire, il potere di cacciare animali, ecc.

Il potere è sempre influenzato da quelli che gli sciamani chiamano spiriti alleati.

Uno delle forme più suggestive di concepire la malattia è l'intrusione, che ha talvolta generato equivoci nella nostra cultura.

L'intrusione

Nello sciamanesimo le malattie sono dovute a poche cause: una delle più frequenti è un oggetto estraneo penetrato nel corpo (intrusione) nella quale si rivela la concezione fondamentalmente analogica del modo di pensare degli sciamani.

In effetti ciò che importa non è la realtà fisica dell'oggetto ma quella spirituale e il suo aspetto ne rivela, per analogia, il potere. Così se nel corpo di una persona lo sciamano può scorgere la presenza di un ragno, vuol dire che l'oggetto estraneo causa della malattia condivide il potere del ragno: guardando i significati simbolici di questo animale si potrà capire quale sia la natura del male.

Se riflettiamo sul fatto che, razionalmente, apprendiamo facendo le differenze, mentre da bambini, e quindi creativamente e inconsciamente, apprendevamo per imitazione e analogia, possiamo ben comprendere le modalità ma anche la grande efficacia della procedura sciamanica di guarigione.

La visione sciamanica della malattia è una visione semplice: la malattia è causata da una perdita di qualcosa (potere, essenza vitale...) o dall'intrusione di un'essenza estranea. Tutti i

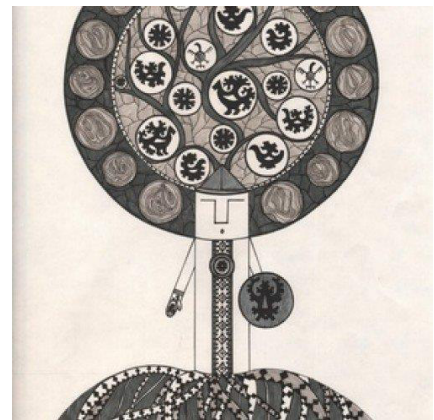
disagi, fisici o psicologici che siano, possono essere ricondotti a una di queste cause o a entrambe.

Il viaggio sciamanico

Anche nello sciamanesimo, come nel counseling, è necessario che la persona si voglia liberare del male che prova, fisico o mentale o fisico/mentale.

Il viaggio sciamanico, ovvero il processo ipnotico sciamanico, attraversa più fasi:

1. Induzione di uno stato di coscienza "altro" (o alterato, è solo un problema di nomi), con musiche, canti o danze e ricerca di un luogo di partenza per il "viaggio" verso il mondo di sotto;
2. Ricerca dell'animale-guida al quale viene richiesto aiuto.
3. L'animale interviene con la sua conoscenza, sia che si tratti di un'intrusione o di un problema spirituale ed opera l'intervento richiesto
4. Si ringrazia l'animale la guarigione.
5. Ritorno alla dimensione ordinaria e risveglio.



L'anima e la malattia

L'anima è la nostra essenza vitale. E' ciò che ci rende unici, con una concezione che su cui evidentemente si fonda anche quella della nostra cultura e delle religioni successive.

Pur essendo al nostro interno ha la capacità uscire dal nostro corpo e di esistere in altre dimensioni.

La perdita dell'anima

Secondo gli sciamani frammenti dell'anima possono andar perduti, nel senso che l'anima non è unica e indivisibile come nelle concezioni contemporanee (ma pensiamo anche alla cosiddetta "concezione parlamentare della mente", nella teoria psicologica contemporanea)

Traumi fisici o psichici molto forti (come un grande spavento, il rischio di morte, una violenza sessuale, ma anche traumi affettivi subiti da bambini) possono provocare la perdita di parti dell'anima.

E' una parte della nostra forza vitale che ci lascia, con una perdita di energia e conseguenze fisiche e psichiche che possono arrivare, se l'anima manca del tutto, alla morte.

A volte, a causa di traumi l'anima o parti di essa, possono lasciare il corpo per non essere ferite, infatti in questi casi ci sembra di non provare niente.

In genere, dopo il pericolo, l'anima o la parte rientra da sé altrimenti seguiranno problemi psichici e/o fisici.

Talvolta l'anima vorrebbe tornare nel corpo a cui appartiene ma non riesce a ritrovarlo;

L'anima può esser rubata dagli spiriti, può anche esser rapita da un essere umano; a volte, in amore, si può cercare di rubare l'anima dell'oggetto d'amore

L'anima può venire anche ceduta: spesso ciò accade nelle situazioni in cui la persona ha bisogno di essere accettata o protetta.

La vendita dell'anima accade invece ogni volta che scambiamo una parte di noi per avere un vantaggio materiale.

Il recupero dell'anima

Gli sciamani hanno fatto fronte a queste problematiche con la tecnica del recupero dell'anima.

Lo sciamano intraprende un viaggio ipnotico in uno dei mondi in cui si suddivide l'universo sciamanico. Con l'aiuto del suo animale guida, lo sciamano rintraccia le parti dell'anima mancanti e le riporta al cliente.

Un frammento d'anima è come un'anima a sé, e ricorda moltissimo le suggestioni della "tecnica delle parti", tra le principali del moderno counseling, così come è centrale l'intenzione del cliente, lo sciamano mostra solo la strada all'anima perduta.

Le parole utilizzate nel recupero dell'anima sono di vitale importanza ai fini della guarigione.

Quasi sempre il cliente, dopo una terapia di recupero dell'anima, sente che sono stati prodotti dei cambiamenti positivi nella sua vita, anche se non di tipo logico.

Questo è uno dei potenti effetti che la guarigione sciamanica condivide con le tecniche ipnotiche.



Il recupero dell'anima è certamente una tecnica ipnotica estremamente potente che ci dovrebbe indurre a guardare con più rispetto ai nostri antenati, alla loro cultura e comprensione dell'anima umana, ma, come credo sia apparso evidente dalle pagine precedenti, tutta la concezione sciamanica è ancora profondamente radicata nelle nostre credenze, al momento stesso

che lo sviluppo dell'ipnosi ormai ne rende ragione e consente di comprenderla e superarla come strumento di conoscenza della mente e dell'animo umano.

IPNOSI NELLA STORIA ANTICA

Alla luce delle pratiche e delle credenze sciamaniche di oltre trentamila anni fa, acquisisce molto più significato quanto creduto e praticato da tutti i popoli in epoca storica.

L'ipnotismo, secondo il noto studioso italiano, Granone, era già conosciuto dagli antichi Cinesi, che utilizzavano canti e danze per indurre lo stato di trance.

Gli Egizi probabilmente inducevano con l'ipnosi stati di analgesia ed eseguivano in tale stato operazioni chirurgiche.

I druidi inducevano la trance ipnotica con nenie che conducevano i soggetti al sonno ipnotico.

Gli dagli Ebrei, i Greci e i Romani. Per questi ultimi ne fanno fede le antiche Sibille, e i giudizi di Plinio il Vecchio, Vespasiano, Plutarco, Adriano, Tertulliano, Aurelio Prudenziano, Sinesio. Nella mitologia troviamo la prova di come gli antichi conoscessero e credessero alla fascinazione; ne è esempio la favola di Medusa che con lo sguardo paralizzava gli uomini che la guardavano, così da pietrificarli;

Al fascino esercitato da una persona su un'altra dobbiamo attribuire il fatto del Cimbro che, inviato a uccidere Mario, prigioniero, restò paralizzato dallo sguardo e dalla voce di questi. I maghi aztechi, prima della conquista di Hernán Cortés, praticavano l'ipnosi.

INTERPRETAZIONI MISTICHE

Questo primo periodo risale, come abbiamo già detto, agli antichi sacerdoti egizi, greci e romani, che praticavano il sonno nel tempio (spesso i soggetti condotti a "dormire" nei templi ricevevano la "visita" degli dei e ne uscivano guariti) e si servivano di soggetti in stato ipnotico per avvicinarsi alla divinità e predire l'avvenire. Gli antichi indovini cadevano in trance, ritenendo che ciò conferisse loro poteri divinatori.

I maghi persiani e i fachiri indiani praticavano l'autoipnosi, pretendendo di possedere, in questo stato, poteri curativi soprannaturali.

Gli indiani Chippewa, nelle loro pratiche di iniziazione durante le quali i ragazzi alla pubertà venivano cullati in un sonno magico dalle cantilene dello stregone, di fatto praticavano una ipnosi di gruppo, tanto che in vari soggetti si instaurava fin l'analgesia. In tali condizioni di trance i ragazzi ricevevano dallo stregone tutti gli insegnamenti riguardanti i costumi tribali e cioè delle vere e proprie suggestioni ipnotiche e postipnotiche che portavano gli iniziati a compiere poi atti di valore, con insensibilità per le ferite. Gli indiani d'America, pur servendosi, come altri popoli dell'ipnosi non la consideravano un fenomeno specifico e piuttosto la percepivano come manifestazione del soprannaturale.

Del resto, in Europa, l'interpretazione mistica dei fenomeni ipnotici si ritrova ancora nel 1774 nel reverendo Gassner, il quale, usando per l'ipnosi un cerimoniale di chiesa e appellandosi a Dio contro i demoni, dimostra di intendere l'ipnosi come uno strumento per mettersi in contatto con il divino.

Nei secoli successivi alcune religioni hanno ritenuto l'autoipnosi un aiuto spirituale. Verso il 1880 i monaci cristiani del Monte Athos, in Grecia, la praticavano come parte delle loro meditazioni, così come gli Indù praticano lo yoga.

L'uso dell'ipnosi è documentato lungo tutta l'antichità ed il medioevo tanto che il primo studioso "moderno", Mesmer iniziò i suoi studi proprio a partire da una prescrizione di Paracelso.

LA FASE MAGNETICO-FLUIDICA: MESMER

Nei secoli successivi, filosofi e scienziati di valore, quali Ficino, Paracelso, Pomponazzi, Bacone, si interessarono dell'ipnotismo, interpretandolo e utilizzandolo secondo le concezioni scientifiche e/o religiose della propria epoca.

Il primo, concreto tentativo di ricondurre nell'ambito delle dottrine scientifiche tali fenomeni psicologici e fisiologici, sino allora relegati nel regno della mistica e della magia, si ebbe solo nel XVIII secolo, con F. A. Mesmer.

Venuto a conoscenza di una prescrizione dell'uso della calamita di un seguace di Paracelso contro i crampi allo stomaco(anche noi usiamo la magnetoterapia..... sia pure in altri casi)



se ne incuriosì e, da quel valente indagatore che era, ne trasse importanti conclusioni.

Saputo del sollievo che la calamita aveva assicurato nel caso in oggetto, recuperò la sua tesi di laurea in medicina, infarcita come nelle concezioni dell'epoca di concezioni mistiche, astrologiche e quant'altro, e avanzò una spiegazione di tipo fisico-naturalistico, che si rifaceva alle concezioni di Paracelso,

alla metafisica di Leibniz e alla fisica dell'Illuminismo settecentesco, in particolare all'elettricità animale di Galvani lo aveva particolarmente colpito.

In accordo a queste concezioni, specie a quelle mutate dagli esperimenti di Galvani, (ma con profonde reminiscenze di tipo astrologico) Mesmer nel 1766 affermava come un'energia misteriosa compenetrasse l'Universo ed anche l'uomo, e che attraverso di essa i pianeti esercitano influssi notevoli sul corpo umano. La malattia consisteva, come nelle concezioni degli sciamani! in una disarmonia nella distribuzione di questo fluido, che può essere risanata indirizzando nell'organismo il flusso vitale, riequilibratore, proveniente dal magnete.