

**UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI ROMA
"LA SAPIENZA"
FACOLTA' DI PSICOLOGIA 1**

**Scienze e Tecniche Psicologiche per l'intervento
clinico per la persona, il gruppo, le istituzioni**

Elaborato Finale

Matricola

Iole Calvigioni

n.833989

Docente

Prof. Guido Cimino

Cattedra Storia della Psicologia

INDICE

Introduzione

1. Contesto socio-culturale negli Stati Uniti d'America dalla fine degli anni '50 alla fine degli anni'70.
 2. Introduzione alla psicologia umanistica: concetti teorici e metodologia d'intervento.
 3. Il movimento transpersonale.
 4. Il contributo di Ken Wilber alla psicologia transpersonale.
- Conclusioni.
Bibliografia.

Introduzione

Scopo di quest'elaborato è di illustrare le caratteristiche peculiari del movimento umanistico - esistenziale e del movimento transpersonale e di presentare il contributo di un autore, Ken Wilber, alla psicologia transpersonale.

Il contesto socio culturale degli Stati Uniti dalla fine degli anni '50 alla fine degli anni '70, dove entrambi i movimenti sono nati e si sono sviluppati, ha favorito un clima di grande apertura e collaborazione nell'ambiente della ricerca scientifica, stimolata sia da un'economia che assegnava consistenti risorse economiche, sia dalla formazione di gruppi di ricerca interdisciplinare dove partecipavano esponenti di diverse discipline scientifiche: psicologia, antropologia, matematica, fisica, filosofia, neuroscienze ecc..(cap.1)

A partire dagli anni '60, infatti, il termine *olistico* come sinonimo di "intero" ha iniziato a diffondersi maggiormente nello studio della medicina, della psicologia, dell'ecologia ecc. divenendo principio epistemologico della scienza moderna. Utilizzando concetti analoghi quali "organismico" "integrazione", "Gestalt", la moderna teoria dei sistemi, la psicologia della Gestalt e recenti posizioni filosofiche hanno indicato, in ultima analisi, la necessità di pensare in termini di *sistema di elementi in reciproca interazione e compenetrazione*.

Un tale cambiamento di paradigma nel pensiero occidentale ha stimolato, conseguentemente, l'adozione di una visione *olistica*, un nuovo approccio allo studio dell'uomo nella direzione di una collaborazione interdisciplinare finalizzata anche a una riconciliazione tra i diversi campi del sapere.

Le scienze umane, e la psicologia in particolare, hanno per questo dovuto non solo rendersi conto, ma rendersi interpreti di questi avvenimenti e aprirsi, com'è accaduto soprattutto con la psicologia umanistica e transpersonale, ad una nuova considerazione della coscienza, che ha ampliato la via alla costruzione di quella psicologia, definita *integrale*, caratterizzata dal superamento del riduzionismo e dall'ampliamento del campo d'indagine anche alle dimensioni trascendenti, alla conoscenza di Sé e all'autorealizzazione.

Le ricerche scientifiche nell'ambito delle neuroscienze e gli studi sugli stati alterati di coscienza condotte negli ultimi anni hanno influenzato notevolmente la psicologia e le prospettive terapeutiche, evidenziando l'opportunità, per l'uomo contemporaneo, di trasformare radicalmente il proprio rapporto con la vita, attraverso la coltivazione dell'immenso potenziale latente e della sua completa espressione, oltre i limiti dei sistemi psicologici ordinari, modellati per lo più attraverso l'acculturazione. L'influenza di quest'ultima, infatti, sembra avere frammentato l'esperienza umana, strutturando la coscienza in modo da facilitare talune capacità adattive, inibendo però lo sviluppo di altre indicative potenzialità da sempre disponibili all'essere umano.

Più alti obiettivi terapeutici hanno stimolato così la ricerca di nuove tecniche elaborate scientificamente, alcune delle quali ispirate dagli studi di laboratorio sugli effetti conseguenti all'impiego di sostanze psicoattive (es. LSD, psilocibina, mescalina) e modellate sulla base delle antiche tradizioni sapienziali dello Yoga, del Tantrismo e del Taoismo sviluppate in modo

sistematico dai primordi della civiltà sino ad oggi, prevalentemente in Oriente.

Il riconoscimento del potenziale della mente, e della possibilità di trascendere l'io, la correlazione tra lo sviluppo del sistema nervoso e i livelli di coscienza, e l'interconnessione di tutte queste dimensioni interiori ed esteriori sono le basi di una visione "*Integrale*".

Nel 1962, un gruppo di psicologi, sotto la guida di Abraham Maslow, fondò l'*American Association for Humanistic Psychology* (cap.2). Una caratteristica peculiare di questo movimento è che alla sua nascita la psicologia umanistica appare più un insieme di orientamenti che non una teoria sistematica della personalità umana e della psicoterapia.

L'orientamento psicologico inaugurato dalla psicologia umanistica accentua il carattere d'irriducibilità di ogni soggetto; le motivazioni all'azione, infatti, non sono immediatamente riducibili alle pulsioni sottostanti, ma sono promosse da valenze non quantificabili, come il bisogno di esplorazione, la creatività, la visione del mondo in cui si esprime la propria identità, la qualità di relazione con gli altri e soprattutto l'autorealizzazione che è alla base dell'interpretazione umanistica del bisogno, della motivazione e della personalità.

Sul piano teorico le linee orientative della psicologia umanistica sono desunte: dalla filosofia dell'umanesimo, che ha per oggetto la conoscenza dell'uomo, del suo pensiero, della sua attività spirituale e del suo comportamento attraverso i tempi; dall'esistenzialismo, che offre un'ampia descrizione delle figure dell'esistenza; dalla fenomenologia, che descrive le modalità con cui l'esistenza si declina nei fatti esperienziali, e dal pragmatismo dove l'attenzione per l'azione è correlata all'impianto motivazionale di cui Maslow rivendica l'autonomia rispetto alla dinamica pulsionale

Abraham Maslow, figura centrale della psicologia umanistica, riconobbe i limiti della psicologia e della psichiatria occidentale. Il lavoro teorico di Maslow fu messo a punto anche grazie all'osservazione di soggetti eccezionalmente sani, da lui chiamati i *self-actualizers* (autorealizzatori), e della loro tendenza ad avere, generalmente per brevi momenti, esperienze di picco (*peak-experience*) spontanee, estatiche e unitive, tali da richiamare gli stati di profonda consapevolezza delle esperienze mistiche riportate e tramandate nei secoli dalle culture, e variamente definiti come: estasi, coscienza cosmica, esperienza oceanica, Nirvana, Satori, Samadhi, beatitudine ecc.

Dall'indicazione che la salute psicologica potenziale potesse includere possibilità non ancora considerate dalla corrente principale della psicologia umanistica, fu fondata, nel 1969, negli Stati Uniti la prima associazione di *Psicologia Transpersonale*¹, - *Association Transpersonal Psychology* - ad

¹ Il termine Psicologia Transpersonale sembra essere stato utilizzato per la prima volta da William James ancora prima di Roberto Assagioli, il padre della Psicosintesi, ed in seguito da Gustav Jung. Jung e Assagioli anticiparono di alcuni decenni le tesi poi sviluppate ed ampliate dalla ricerca psicologica transpersonale.

opera di personalità quali: Charlotte Buhler, Alan Watts, Arthur Koestler, Viktor Frankl, Antony Sutich, Stanislav Grof, Jim Fidiman, Carl Rogers e naturalmente lo stesso Maslow (cap.3)

Uno degli scopi del Movimento Transpersonale è l'indagine del carattere di realtà e il valore implicito in stati "altri" di coscienza, oltrepassando la convinzione che la salute mentale ottimale risieda unicamente nell'unica condizione considerata reale ravvisabile nel *normale* stato di veglia.

A partire da questo singolo stato, noi valutiamo e deriviamo in modo esclusivo la nostra visione del mondo; volgendo allo studio specifico delle più alte umane potenzialità di tipo creativo, cognitivo ed etico, la ricerca transpersonale sposta il *focus*, dedicandosi in particolare allo studio della dimensione spirituale della coscienza analizzando, attraverso un adeguato metodo d'indagine sperimentale – che non limiti il suo obiettivo al solo criterio quantitativo, ma lo completi con il valore qualitativo dell'esperienza – altri stati di coscienza oltre la veglia quali, il sogno, il sonno e numerosi stati contemplativi.

La psicologia transpersonale subisce inoltre una forte influenza da parte delle più recenti acquisizioni della fisica moderna e della biofisica ed è in stretto rapporto con la sociologia e l'antropologia. In considerazione di questo la psicologia transpersonale sembra connotarsi come un vasto movimento di pensiero e di ricerca che, in quanto tale, travalica gli ambiti e i limiti della psicologia per contribuire alla nascita di una nuova scienza della Coscienza che assume, come schema di riferimento, la visione olistica, ecologica e sistemica della vita.

Infine, il contributo di un autore, Ken Wilber, alla psicologia transpersonale (cap.4).

La sua prima opera, *Lo Spettro della Coscienza* (1973), ha rivelato subito l'originalità del suo pensiero, il cui scopo era l'integrazione delle psicologie occidentali e orientali, dimostrando come tutte le diverse scuole di pensiero possono essere integrate in un paradigma teorico di riferimento, finalizzato alla spiegazione e comprensione del funzionamento della coscienza umana.

Ken Wilber sostiene che quest'ultima è pluridimensionale, o meglio, composta di vari livelli; che le principali scuole di psicologia, psicoterapia e religione si rivolgono ciascuna ad un livello diverso; e che queste scuole sono perciò non in contraddizione ma complementari, in quanto il loro approccio è più o meno valido e corretto limitatamente al livello di coscienza cui esse si rivolgono.

Il lavoro di Wilber ha assunto dal 1995 in poi una dimensione così vasta che trascende ormai l'ambito strettamente psicologico e transpersonale. Egli, infatti, a "transpersonale" preferisce ormai il termine "integrale". E' questa un' indicazione del fatto che il suo pensiero ha raggiunto una capacità di sintesi che abbraccia molte discipline e ambiti di ricerca. La sua genialità consiste soprattutto, a mio parere, nell'aver elaborato un metodo e un modello di conoscenza veramente *olistico* che riesce a rendere conto delle inesauribili interrelazioni che collegano tutti gli aspetti dell'universo, soggettivi e oggettivi, interiori ed esteriori. Un metodo integrale, dunque, e

sintetico.

In questo lavoro è proposta una descrizione, inevitabilmente superficiale e non esaustiva, del pensiero e dell'opera dell'autore – che meriterebbe sicuramente una trattazione a parte -.

Dal 1973 ad oggi Wilber ha scritto diciannove libri e numerosi articoli (la maggior parte dei quali non ancora tradotti in italiano) ampliando e arricchendo il suo modello.

Nella parte finale – conclusioni - alcune riflessioni personali su quanto trattato nell'elaborato

1. Il contesto socio-culturale negli Stati Uniti d'America dalla fine degli anni '50 alla fine degli anni '70

I decenni che vanno dagli anni Cinquanta agli anni Settanta, certo sono per gli USA decisivi, non solo perché sanciscono l'ingresso stabile nella cultura, nella politica e nell'assetto militare europeo, ma anche perché definiscono importanti trasformazioni all'interno dello stesso paese.

Nel panorama scientifico si assiste alla creazione di un clima di grande apertura e collaborazione nell'ambiente della ricerca scientifica. Ricerca che era anche stimolata da un'economia che assegnava consistenti risorse economiche. Tale clima permetteva un'abbondante scambio di informazioni e la formazione di gruppi di ricerca interdisciplinare dove partecipavano esponenti di diverse discipline scientifiche: psicologia, antropologia, matematica, fisica, filosofia, neuroscienze ecc..

Alcuni fenomeni si segnalano ai fini di questa ricerca, solo a titolo di fornire una cornice storica – sicuramente superficiale e riduttiva – per descrivere il contesto socio – culturale entro cui i due movimenti psicologici – descritti in seguito – si sono sviluppati.

- La “ caccia alle streghe” marcata dalla paura viscerale del “pericolo rosso” del Presidente Mc Carthy;
- I grandi investimenti per la realizzazione d'impresе spaziali e la conseguente contesa, anche su questo piano, con l'U.R.S.S.;
- La Presidenza Kennedy (primo presidente cattolico degli USA, nonché d'origine irlandese) e la sua tragica fine;
- La nascita del movimento “nero” grazie alla presenza carismatica di Martin Luther King;
- La guerra “fredda”;
- La nascita di grandi organizzazioni internazionali con finalità comuni e condivise (ONU, NATO, FAO, UNESCO ecc...) dopo il secondo conflitto mondiale;
- La nascita, a partire dalla California, del fenomeno *beat* prima ed *hippie* in seguito;
- L'esportazione dagli USA all'Europa di stili di vita e soprattutto di oggetti del vivere quotidiano (jeans, lavatrice, televisione, il periodico “selezione del “Readers Digest”), che più di ogni altra politica decisa a tavolino hanno rapidamente “americanizzato” l'Europa;
- L'emigrazione dei “ grandi cervelli” in USA dall'Europa a causa della persecuzione dei nazisti prima e per la gran disponibilità da parte delle università americane di supportare la ricerca e la progettazione (nei campi della fisica, della psicologia, nella matematica ecc...);

- La diffusione delle filosofie orientali (Buddismo, Taoismo, Induismo ecc...) nella cultura americana;
- La crisi cubana;
- Le guerre in Vietnam e Cambogia;
- L'uso e abuso di sostanze stupefacenti.

I fatti sopra elencati hanno rivelato al mondo intero una verità fino allora impensabile: era finita per sempre l'epoca della distanza culturale e fisica tra i Paesi; l'informazione ormai rapidamente circolava, senz'altro marcata da una parte d' ideologismo tra i due massimi schieramenti.

Il Capitalismo ed il Comunismo non erano più due tendenze politiche ancorché importanti, ma due sistemi di vita complessi ed articolati al loro interno, rigidamente distinti senza possibilità dialettica e di osmosi.

Era pressoché impossibile entrare negli USA per chi avesse solo manifestato "simpatie" verso i partiti di sinistra, (che in Europa erano legali e legittimati da libere elezioni) e lo stesso avveniva "oltre cortina".

Il mondo sembrò parzialmente aprirsi a più ampie prospettive nell'era di Kennekly, Kruscev e Papa Giovanni XXIII, ma l'illusione durò poco ed il 1963 drammaticamente portò via due artefici del possibile riavvicinamento: Kennedy e Papa Giovanni XXIII.

...nel novembre del 60' salì alla presidenza degli USA il democratico J. F. Kennedy, il quale proveniva da una ricca famiglia di origine irlandese e divenne a soli 44 anni il più giovane presidente americano. Appoggiato da gran consenso e da gruppi di intellettuali, Kennedy cercò di continuare la politica progressista di Wilson e Roosevelt. Tante furono, in politica interna, le riforme applicate da Kennedy per aumentare la spesa pubblica, soprattutto per ciò che riguardava le esplorazioni spaziali, programmi sociali, e tentativi d' integrazione razziale. La politica esterna, invece, fu caratterizzata da una linea ambivalente, assunta da Kennedy, tra quella pacifista, propensa alla distensione con l'est ed una che salvaguardava gli interessi degli USA. Nel giugno del 61', a Vienna, ci fu il primo incontro tra Kennedy e Kruscev, che non ebbe tuttavia gli esiti sperati; infatti, gli USA riconfermarono il loro appoggio a Berlino Ovest e i sovietici in risposta alzarono un muro (di Berlino) per evitare fughe (all'epoca molto diffuse dall'una all'altra parte). Ma, in questo periodo, il momento più drammatico si ebbe in America Latina, quando Kennedy (all'inizio della sua presidenza), tentò di reprimere il regime socialista di Cuba, appoggiando vari gruppi di esuli anti-castristi; questo tentativo si attuò nel 61', nella "Baia dei Porci", ma si risolse comunque in un fallimento. L'Unione Sovietica reagì installando, nella stessa Cuba, delle basi di lancio per missili nucleari. Quando le basi furono scoperte dagli americani, fu immediatamente ordinato un blocco navale intorno Cuba, in modo da evitare che navi sovietiche raggiungessero l'isola. Per pochi giorni la situazione si fece molto tesa, fino a quando Kruscev cedette, acconsentendo allo smantellamento delle basi missilistiche, a patto che gli USA si astenessero da azioni militari contro essa. Questa vicenda, contribuì a creare una fase di distensione, tanto che nel 63' USA e URSS firmarono un trattato che sanciva la messa al bando degli esperimenti nucleari nell'atmosfera. In questi anni, dunque, si accentuò il tono pacifista, e l'antagonismo tra USA e URSS divenne chiave di competizione economica tra i due paesi. Tuttavia, nonostante la sfida lanciata da Kruscev verso i paesi capitalistici, il leader sovietico venne smentito dall'andamento negativo dell'economia del suo paese e fu dimesso. Poco tempo dopo, scomparve anche l'altro importante protagonista di quegli anni, Kennedy, il quale fu assassinato nel Texas a Dallas, da mandanti politici ancora oggi sconosciuti; stessa sorte toccò al

fratello R. Kennedy e al pastore di colore Martin Luther King (leader del movimento anti-segregazionista). Il successore di Kennedy, fu Lynday Johnson, che, nonostante lo sviluppo di molti progetti di legislazione sociale, commise l'errore di legare il proprio nome alla sfortunata, quanto impopolare, guerra del Vietnam. Quest'episodio, che si protrasse per oltre 10 anni, tra il '64-'75, rappresenta il momento di scontro più acuto tra Usa e mondo comunista, allora scisso tra Cina e URSS, comunque unito per quanto riguarda i sostegni bellici ed economici verso le forze antiimperialistiche².

In questo panorama storico, la cultura USA manifestava già sul finire degli anni '50 spinte fortemente innovative; la *beat generation* nasce in quegli anni; in essa interagiscono fattori psicologici, di costume e di moda, e prese di posizione morali, intellettuali ed artistiche.

La società americana di questo periodo, è percorsa da mille contraddizioni che finiscono per bloccarla in un immobilismo senza avvenire e senza speranza. Infatti, per un verso gli USA, che hanno combattuto in difesa della democrazia contro il nazismo, sono considerati da molti il simbolo della libertà e della giustizia; dall'altro vivono sotto l'incubo della *guerra fredda*, costantemente minacciati dal rischio di un conflitto nucleare. Inoltre, la paura del comunismo, scatena una vera e propria persecuzione nei confronti di tutti coloro, in particolare intellettuali e artisti, che hanno manifestato o manifestano simpatie per la sinistra (la cosiddetta "caccia alle streghe" orchestrata dal senatore Mc Carthy). Tutto ciò crea un clima pesante, che fa vacillare l'immagine del paese, da sempre considerato la culla della libertà.

Sul piano dei costumi, per un verso si assiste al dilagare del consumismo, nel quale sembra essersi incarnata la promessa di felicità, garantita dal primo articolo della Costituzione, per altro persistono modelli di vita conformistici che bandiscono, come attività pericolose e immorali, il ballo, le relazioni sessuali e le corse in motocicletta.

I giovani della *beat generation* non si riconoscono in questo tipo di società ed esprimono il loro rifiuto con azioni nelle quali confluiscono atteggiamenti diversi: ribellione, manifestata attraverso la scelta di un'esistenza vagabonda sulle strade e sui treni d'America e attraverso la libertà sessuale; rinuncia, voglia di una vita sfrenata e senza regole, esigenza d'autenticità e onestà in qualsiasi tipo di rapporto, vita comunitaria ecc.

Nel 1956 Allen Ginsberg pubblica *The Howl* e nel 1957 Jack Kerouac pubblica il frenetico *On the Road*, scritto in breve periodo su un unico rotolo di carta che si snodava metaforicamente come la Route 66, la strada che da allora divenne simbolo giovanile per eccellenza dell'eterno andare e della libertà del viaggio.

Fondata sui ritmi del be-bop e del jazz nella sua accezione free, la beat scopriva i ritmi "black" e s'imponeva di rompere le rigide costrizioni sintattiche, imponendo limiti spazio-temporali diversi e una diversa dimensione (persino iconica...) della scrittura, così come facevano nell'arte figurativa Jackson Pollock ed Andy Warhol.

Di questo pensare tutto californiano, di San Francisco, almeno negli esordi, in Europa arriva traccia sporadica e solo in ambienti culturalmente più aperti.

² Tratto da Internet: www.linguaggioglobale.com/fattidavoi/articoli/3kennedy.htm-10k di Raffaele Caiazza

In Francia, dove Kerouac si recò, Parigi era l'ambiente e la fonte d'ispirazione adatto al proseguire la sua ricerca innovativa. Là, del resto, l'Esistenzialismo di Sartre e Simone de Beauvoir avevano già posto le basi per una profonda rimediazione culturale.

In Italia fu Fernanda Pivano, allieva di Cesare Pavese, (probabilmente il primo letterato italiano ad aver avuto contatti meditati e veri con la letteratura nord americana), la mediatrice culturale fra beat generation e impulsi di rinnovamento italiani; ma l'Italia era ancora impreparata ad accogliere fenomeni di rinnovamento così drasticamente di "rottura" e comunque siamo già negli anni '60 quando la beat generation comincia a fare breccia.

Anche negli USA, Allen Ginsberg si dirà stupito nel vedere come le sue opere, bistrattate ed incomprese al pari di quelli di altri beat come Gregory Corso, William Carlos Williams, Burroughs e Kerouac, sul finire degli anni Sessanta cominciassero a riecheggiare, mediate soprattutto da musicisti e cantautori, primo fra tutti Bob Dylan (al secolo Zimmerman, il cognome é desunto dal poeta Dylan Thomas, dell'area dei poeti "veggenti" e ben presto mito giovanile).

E siamo già negli anni '60, il decennio della crisi cubana che riportò nel mondo l'incubo della guerra globale, il decennio della guerra del Vietnam.

Da un punto di vista culturale questo é il decennio del movimento hippie e della stabilizzazione, nella coscienza collettiva, dell'ipotesi di un fenomeno giovanile e di una problematica complessa ed ormai drasticamente distinta dal mondo adulto.

Non si tratta più solo di fenomeni sporadici quali quelli della "gioventù bruciata" di James Dean, che anticipavano atteggiamenti di ribellione giovanile ancora generici e legati al mito (forse un po' futurista...) della macchina, dei jeans e del giubbotto di pelle, ma si tratta ormai di un'aperta, più consapevole rottura con il precedente sistema di valori.

Il movimento hippie ebbe i suoi esordi, a ben vedere, in una sorta di misticismo un po' bohémienne un po' religioso; una volta nato a San Francisco all'ombra del grande Campus universitario dell'U.C.L.A., cercava una religiosità generica e non convenzionale. Nasce così il movimento *Jesus Revolution*, che ravvisava nella figura di Cristo (considerata nella sua umanità e non in senso escatologico) un artefice rivoluzionario.

Quest'idea era funzionale ai bisogni dell'universo giovanile dell'epoca, teso alla rottura delle gerarchie ed alla destrutturazione delle istituzioni, soprattutto le più costrittive, quali: chiesa, esercito, stato, famiglia.

L'espressione beat-generation fu coniata da Kerouac e divulgata da J. Clellon Holmes sulle pagine del «New York Times» nel 1952. E' una generazione iconoclasta, innovatrice, che unisce l'amore per il jazz con gli allucinogeni, un'ondata d'energia che infrange il torpore di una nazione autocompiaciuta e cruenta. E' l'inizio della "controcultura" degli anni '60, con il rinnovato interesse per lo sperimentalismo e la ricerca di alternative espressive alla civiltà "occidentale". Si trattò simultaneamente dell'invenzione di uno stile di vita e della ricerca di nuove forme di espressione. Al trionfo della civiltà dei consumi e all'irrigidimento conservatore del Nordamerica di Eisenhower, i beats opposero il loro individualismo anarchico, il dissenso politico condiviso dagli intellettuali bohémien delle generazioni precedenti, l'utopia della povertà e della vita

comunitaria. La società *square* (borghese, puritana) aveva bandito la libertà sessuale, la vita vagabonda, l'alcool, le droghe: proprio in queste pratiche i beats ricercarono gli strumenti di liberazione e di esplorazione della coscienza. Nella loro critica al razionalismo delle culture occidentali, i beats trovarono suggestioni nelle filosofie mistiche orientali. All'aggettivo "*beat*" diedero il duplice significato di "battuto" e di "beato", ossia illuminato attraverso la sconfitta e la rinuncia ai valori convenzionali.

Coerentemente essi cercarono stimoli all'elaborazione di un nuovo linguaggio nella grande poesia mistica e visionaria di Whitman, Blake, Rimbaud, ma anche nel jazz di Lester Young e Charlie Parker, assunto come modello di spontaneità e d'improvvisazione calcolata. Giungendo così alla riscoperta e al recupero delle radici orali 'biologiche' della parola poetica. Lo stile di vita, privato delle motivazioni politiche originarie, decadde poi a fenomeno di costume, manipolato da una pubblicità abilmente denigratoria (nacquero i *beatniks*). Le pratiche di scrittura invece, inaugurate dai primi beats, agirono come una forza innovativa nella produzione occidentale degli anni '50 e '60. Nel Nordamerica del dibattito politico causato dalla guerra in Vietnam, la beat generation confluì in parte nel movimento hippie, in parte servì a stimolare il formarsi della "controcultura". Negli anni '80 l'ultimo residuo delle atmosfere beat è nel gruppo del *Naroda Institute* di Boulder, centro di meditazione buddhista e di culto Zen³.

Su questo terreno di coltura, le varie frammentazioni del ribellismo giovanile s'incontrano e danno vita ad una delle prime imponenti ribellioni al sistema, l'occupazione dell'U.C.L.A di cui documento è il film *Fragole e Sangue* di Stuart Hagmann, il primo dopo *Easy Rider* che compiutamente affronti il problema giovanile da un'ottica non moralistica e con un punto di vista *interno* al fenomeno stesso.

Non si può parlare di quegli anni senza menzionare il fenomeno "droga" e la sua diffusione, dapprima in USA e poi in Europa e soprattutto l'uso degli "acidi" (LSD) considerati come veicolo d'ampliamento dell'area percettiva per ottenere stati modificati di coscienza (in ciò occupando il posto del vecchio assenzio e dell'oppio dei bohemiennes europei del XIX sec. e della più "raffinata" cocaina, appannaggio delle classi elevate degli esordi del XX sec.).

Oltre al consumo "disordinato" ed illegale di droghe non solo allucinogene diffusosi a partire da quegli anni nel mondo giovanile, assistiamo al fenomeno dell'assunzione "scientificamente controllata" di cui si fece fautore il medico e psichiatra Timothy Leary (1920-1996); a questi "esperimenti" si sottopose, in modo sistematico, l'esponente della beat generation Burroughs, autore dell'opera *The naked lunch* (1959).

³ Tratto da Internet: www.girodivite.it/antenati/xx3sec/usa89.htm*beat

Burroughs, in seguito, dichiarò il fallimento dell'esperimento ed il lunghissimo dramma della disintossicazione. Per Timothy Leary, invece, continuare l'uso di sostanze psichedeliche a scopo scientifico ma in modo illegale procurò oltre che la carcerazione anche l'esilio dagli Usa fino alla sua morte.

Altri esponenti ricercatori hanno comunque ripreso e ampliato gli studi da lui svolti con l'utilizzo di sostanze psichedeliche e oggi tali ricerche hanno ampliato i confini delle nostre conoscenze in campo neurofisiologico, psicologico e psichiatrico.

Nella moderna ricerca sulla coscienza, infatti, uno dei contributi più importanti è stato dato certamente da Stanislav Grof. In quarant'anni di ricerche nel campo degli stati non ordinari di coscienza, Grof, psichiatra di formazione, ha svolto una vera e propria opera pionieristica che ben s' inserisce nel nuovo paradigma scientifico. Grof ha iniziato i suoi studi nell'ambito della ricerca psichedelica, conducendo personalmente oltre quattromila sedute psichedeliche (con LSD, psilocibina, mescalina, dipropil-triptamina, diossimetilene-anfetamina) a scopo terapeutico; in più, ha partecipato ad oltre duemila sedute condotte da suoi colleghi.

Scrive Grof:

Una significativa percentuale di tali sedute aveva come soggetti alcuni pazienti affetti da varie forme di disordini emotivi e psicosomatici: depressioni, psiconevrosi, malattie psicosomatiche, alcolismo e tossicodipendenza. Un altro largo gruppo era formato da persone con diversi tipi di cancro, molte delle quali a uno stadio terminale. In questa ricerca, l'obiettivo non era soltanto quello di alleviare la sofferenza emotiva e gli acuti dolori fisici associati alla condizione patologica, ma soprattutto di offrire ai pazienti un'opportunità di raggiungere stati mistici per diminuire la loro paura di morire e trasformare quindi l'esperienza della morte. L'ultimo gruppo era costituito da "volontari normali": psichiatri, psicologi, assistenti sociali, ecclesiastici, artisti, studiosi di diverse discipline che hanno preso parte spontaneamente alle sedute psichedeliche per desiderio di comprendere e di provare.⁴

La musica diventa in quegli anni, fra la fine del '69 ed il decennio successivo, il collante ideologico privilegiato fra i giovani del mondo occidentale che nel frattempo, con il maggio francese (1968), approdavano anch'essi a compiute forme di protesta.

Uno spartiacque storico fra lo spontaneismo anche folclorico dei *figli dei fiori* e la protesta successiva, più organizzata e più consapevole (contro il Vietnam, a favore dell'integrazione razziale etc) fu il concerto di Woodstock nel 1969.

I giovani probabilmente ebbero da quegli unici tre giorni di happening, la dimensione della forza del gruppo e della capacità d'aggregazione.

Gli stili musicali e d'abbigliamento (quelli che con maggiore evidenza s'impongono anche all'attenzione dei "distratti") si andavano diffondendo in tutto l'occidente con resistenze (e stupore...) più marcate laddove (come in Italia) più forte era la tradizione della famiglia patriarcale, fortemente messa in crisi dalle contestazioni giovanili; inoltre non può essere

⁴ S. Grof, *Il gioco cosmico della mente* pp. 15-16 Como ed. RED 2000.

dimenticato, in quest'opera di persuasione e di stimolo al rinnovamento anche " iconico", il ruolo di un veicolo culturale potente quale fu, nella musica, l'impatto del rock.

Tornando agli USA, l'assassinio (in sei anni) dei due fratelli presidenti Kennedy e di Martin Luther King non frenò l'ansia di rinnovamento; sempre più spesso si protestava contro la guerra del Vietnam, anche con l'obiezione fiscale (tasto molto sensibile negli USA) e contro le leggi razziste che separavano i "bacini di contenimento" di bianchi e neri. Il mondo, in ogni modo, cambiava rapidamente ed in questo fervore s'inseriva anche un nuovo modo di guardare alla malattia psichiatrica e alla *devianza* in genere.

2. Introduzione alla psicologia umanistica: concetti teorici e metodologia d'intervento

Nel 1962 un gruppo di psicologi, sotto la guida di Abraham Maslow, fondò l'*American Association for Humanistic Psychology*. Già tra il 1957 e il 1958 Maslow e Mustakas avevano organizzato a Detroit due meeting per psicologi interessati a fondare un'associazione professionale dedicata a una nuova visione umanistica della psicologia e della psicoterapia.

Nel 1961 era già uscito il primo numero della rivista «*The Journal of Humanistic Psychology*» diretta da Antony Sutich.

Nel 1964 ad Old Saybrook, nel Connecticut, si tiene la prima conferenza che raccoglie psicologi (tra cui Gordon Allport, J.F.T. Bugental, Charlotte Buhler, Abraham Maslow, Rollo May, Gardner Murphy, Henry Murray e Carl R. Rogers) e umanisti provenienti da altre discipline (come Jacques Barzun, Rene Dubos e Floyd Matson)⁵.

Nell'agosto 1970 si tiene presso la nuova Università di Amsterdam il primo Congresso Internazionale di Psicologia Umanistica.

Negli anni successivi sono soprattutto Abraham Maslow (1908-1970), Rollo May (1909-1994) e Carl R. Rogers (1902-1987) i propulsori di questo nuovo movimento.

⁵ Tratto dai siti: ahpweb.org/aboutahp/whatis.html. - digilander.libero.it/schlomo/psi_um.htm

Il principale obiettivo dei componenti di quest'organizzazione fu quello di esplorare le caratteristiche del comportamento e la dinamica delle emozioni di una vita umana piena e sana.⁶

«Il manifesto dell'AHP si presenta con quattro elementi fondamentali ampiamente condivisi:

1. *Attenzione alla persona che esperisce*: è l'esperienza diretta ad assumere un ruolo centrale nella relazione e non l'osservazione esterna del comportamento;
2. *Centralità delle qualità specificamente umane*, come la scelta, la creatività, la valutazione, la salute, l'autorealizzazione, l'autotrascendenza; lo studio di queste qualità nella psicologia dimostra che gli esseri umani possono essere creativi e nobili, capaci di perseguire valori e ispirazioni elevate;
3. Uso di metodi di ricerca orientati al *significato* nella scelta dei problemi piuttosto che alla sola oggettività scientifica (partecipazione attiva dello sperimentatore);
4. *Interesse e apprezzamento per la dignità e il valore dell'uomo* ed un impegno inteso a sviluppare tutto il potenziale inerente ad ogni persona»⁷

2.a. Concetti Teorici

Le tradizionali scuole di Psicologia (strutturalismo e comportamentismo, in particolare) rivendicavano un'autonomia dalla filosofia proprio grazie anche all'adozione della metodologia delle scienze naturali, che prevedono criteri di sperimentazione e di quantificazione specifici; nella psicologia umanistica invece, a fronte delle tendenze riduzionistiche e meccanicistiche al tempo prevalenti, diversi psicologi si unirono per dimostrare che la vita e il comportamento dell'uomo sono un sistema comprensivo e integrato, in cui i valori, i fini e il senso giocano ruoli essenziali recuperando l'importanza di alcune matrici filosofiche, in particolare l'umanesimo e l'esistenzialismo.

Altra caratteristica peculiare di questo movimento è che alla sua nascita la psicologia umanistica appare più un insieme di orientamenti che non una teoria sistematica della personalità umana e della psicoterapia.

L'orientamento psicologico inaugurato dalla psicologia umanistica, persuasasi dell'irrilevanza, in termini di significatività esistenziale, delle ricerche psicologico-sperimentali e dei presupposti deterministici che sono

⁶ C. Buhler, come presidente del congresso, organizzò i contributi dei relatori in un sistema organico e coerente, poiché riteneva fondamentale che alcune formulazioni teoretiche fossero basilari per la continuazione e la fruizione di questa nuova scuola (C. BUHLER, *Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology*, «American Psychologist», 1971, 26, pp. 378-386).

⁷ Tratto da: *Introduzione alla psicologia umanistica* di C.Buhler e M.Allen Roma ed. Armando 1976, pag. 11

alla base della teoria psicoanalitica, accentua il carattere d'irriducibilità di ogni soggetto; le motivazioni all'azione, infatti, non sono immediatamente riducibili alle pulsioni sottostanti, ma sono promosse da valenze non quantificabili, come il bisogno di esplorazione, la creatività, la visione del mondo in cui si esprime la propria identità, la qualità di relazione con gli altri e soprattutto l'autorealizzazione che è alla base dell'interpretazione umanistica del bisogno, della motivazione e della personalità.

La terapia comporta, sopra ogni altra cosa, un incontro autentico tra due individui reali che è libero da vergogna e finzioni sociali e che conta molto di più che non una serie di interventi tecnici di interpretazione, di consiglio e di condizionamento. La terapia si propone come meta il passaggio da uno stato in cui si è insufficientemente motivati e si dipende dal mondo esterno – per ottenere gratificazione, o per affermare il proprio valore di persona – ad uno stato in cui c'è crescita e motivazione, si cerca di arricchire e di estendere la propria esistenza e si sperimenta gioia e un'autentica autonomia (Maslow 1962) (...) La visione dell'uomo espressa da questa concezione, la promessa di potersi avvicinare attraverso esperienze “produttrici di crescita”, ecco quel che è alla base del *movimento del potenziale umano* (“human-potential movement”): una concezione terapeutica che sappia proporsi fine più alto di quello di equilibrare gli scompensi del passato e rimuovere i sintomi.⁸

Sul piano teorico le linee orientative sono desunte: dalla filosofia dell'umanesimo, che ha per oggetto la conoscenza dell'uomo, del suo pensiero, della sua attività spirituale e del suo comportamento attraverso i tempi; dall'esistenzialismo, che offre un'ampia descrizione delle figure dell'esistenza; dalla fenomenologia, che descrive le modalità con cui l'esistenza si declina nei fatti esperienziali, e dal pragmatismo dove l'attenzione per l'azione è correlata all'impianto motivazionale di cui Maslow rivendica l'autonomia rispetto alla dinamica pulsionale.

«Tra i principi più importanti della psicologia umanistica sono compresi i seguenti:

- 1) - se vogliamo comprendere la personalità dobbiamo studiare la persona come un tutto, *olon* (olismo);
- 2) - è l'esperienza diretta e non l'osservazione esterna del comportamento ad assumere un'importanza centrale (fenomenologia);
- 3) - il metodo scientifico richiede che il ricercatore partecipi all'esperienza e non che ne rimanga distaccato;
- 4) - l'indagine va sempre incentrata sull'unicità della persona (approccio ideografico);
- 5) - le mete, i valori, le aspirazioni, il futuro contano più delle determinanti storiche ed ambientali;
- 6) - il comportamento umano non va interpretato in modo meccanicistico e riduzionista; al contrario, si devono valorizzare le qualità che sono più propriamente umane, quali la capacità di scelta e di valutazione, la creatività, l'autorealizzazione;

⁸ Tratto da Sheldon J. Korchin *Psicologia clinica moderna* Vol II Roma ed. Borla 1988 pag. 617

Infine,

7) l'uomo non è un essere puramente reattivo, ma è attivo e capace d'iniziativa positiva, oltre ad essere in grado di adattarsi a ciò che agisce su di lui. Bisogna mettere l'accento su questa positività del comportamento umano: infatti gli aspetti malati sono stati messi in risalto fin troppo. Questi principi, ed altri analoghi, sono stati illustrati da Bulher (1971), da Buhler ed Allen (1972) e da Bugenthal (1965, 1971) »⁹.

La psicologia umanistica ritiene, infatti, che la conoscenza delle proprie motivazioni, note solo al soggetto e che non possono essere inferite dalle prestazioni, consenta a ciascuno di evitare l'autoinganno e di giungere alla conoscenza del proprio Sé di là dalle maschere che ciascuno è costretto a adottare nel momento pubblico della sua esistenza e con se stesso.

2.b. Le radici filosofiche: umanesimo ed esistenzialismo

I due sistemi filosofici ai quali la psicologia umanistica si riferisce sono l'**umanesimo** e l'**esistenzialismo**.

Umanesimo

Come movimento intellettuale in senso specifico (le prime idee possono farsi risalire a Socrate circa l'educazione dell'individuo) nacque come una protesta contro il rigido scolasticismo del Medio Evo (periodo storico tra la fine del 14° e il sec. 16°) dove era utilizzato un modello educativo basato sul metodo aristotelico impartito di solito da preti e monaci. L'apertura contro una rigida ortodossia precedente sviluppa i primi effetti così sintetizzabili:

- Centralità dell'uomo: orientamento che riprende il senso e i valori affermatasi nella cultura classica; dall'amore per gli studi classici e per le *humanae litterae* alla concezione dell'uomo e della sua *dignità* quale autore della propria storia, punto di riferimento costante e centrale della riflessione filosofica;
- Una ricca produzione artistico-letteraria, probabilmente dovuta ad un rinnovato rispetto del pensiero indipendente che portò a pensare che sullo stesso oggetto potevano darsi opinioni e interpretazioni differenti;
- Contributo d'esponenti quali Erasmo da Rotterdam su temi come: *libertà interiore, potere creativo dell'individuo, libera volontà* ecc...come parte vitale della vita dell'uomo.
- Per gli umanisti, i classici rappresentano il più alto livello delle umane conquiste e la conoscenza dei classici avrebbe dovuto portare alla formazione di persone umane d'alto prestigio.

Esistenzialismo

⁹ Ibidem, pag.618

L'esistenzialismo, sorto nel pensiero europeo come protesta contro l'egemonia del razionalismo e della scienza empirica del primo Novecento, «è un indirizzo filosofico che assume a proprio tema specifico l'esistenza come modo di essere caratteristico dell'uomo, e la rivendica contro ogni riduzione dell'esistente a "cosa" (e dunque a possibile oggetto di trattazione scientifico-obiettiva) e contro ogni inclusione del singolo negli schemi di filosofie totalizzanti, quale fu eminentemente l'idealismo hegeliano; contro Hegel per l'appunto si esercitò la polemica di S. Kierkegaard, il cui pensiero fu ripreso dai più significativi esponenti della filosofia esistenziale.

L'esistenzialismo si è sviluppato specialmente negli anni successivi alla seconda guerra mondiale, quando esso, soprattutto in Francia (J.P.Sartre, M.Merleau Ponty, Simone de Beauvoir, Jean Wahl), divenne espressione caratteristica dello spirito del tempo, come anche si disse, "filosofia della crisi", cioè del vuoto di certezze conseguente alle distruzioni della guerra. La tematica esistenzialista si era del resto diffusa in Europa in un altro momento di grave crisi, ossia negli anni seguiti alla prima guerra mondiale, che avevano visto in Germania la cosiddetta "rinascita kierkegaardiana" e l'inizio delle analisi esistenziali di K. Jaspers e di M.Heidegger (...) . I motivi più propriamente filosofici di Kierkegaard rivivono poi nel pensiero di Jaspers (*Filosofia* 1932), che fra gli esistenzialisti è il più vicino al filosofo danese. Jaspers sottolinea, fino alle estreme conseguenze, il carattere sfuggente dell'esistenza come tema di un discorso filosofico, perché per lui l'esistenza è l'immediatezza in oggettivabile e irriducibile del singolo: trascenderla risulta impossibile e la sola "cifra" in cui la trascendenza si rivela è lo "scacco" che l'uomo subisce nel tentativo di raggiungerla. Il discorso esistenziale è così, per Jaspers, appello alla libertà del singolo e apertura alla comunicazione, ossia alla dimensione nella quale concretescono la verità esistenziale dei singoli » (*Enciclopedia Garzanti di Filosofia* 1981)

« Mentre la scienza guarda all'uomo come una sostanza (essenza) o come meccanismo, l'essere umano deve essere invece compreso come "esistenza" (venire all'essere o ex-sistere). Come esistenza, l'uomo è inseparabile dall'oggetto da lui osservato. Egli è un "essere nel mondo", per questo l'esperienza dell'uomo dovrebbe porsi come il vero centro d'interesse, per una filosofia che voglia essere filosofia della Vita Umana. Influenzata da Kierkegaard, dalla fenomenologia di Husserl e dallo spirito del movimento romantico, la filosofia esistenziale prese forma nelle opere di Jaspers, Heidegger, Sartre; si deve ad un certo numero di psichiatri europei (Binswanger, Boss e V. Frankl) e a Rollo May negli USA, l'introduzione di concetti di tale approccio filosofico nella psicologia umanistica, quali ad esempio:

- L'uomo è libero e capace di fare delle scelte poiché dotato di coscienza e auto-coscienza;
- L'esistenza del singolo è in rapporto con quella degli altri e con il mondo circostante con *partecipazione, presenza, incontro*.
- Esistenza-non esistenza; è la consapevolezza della morte che dà valore alla vita;

- L'uomo cresce e si evolve durante l'*incontro* ; egli non è un essere STATICO : può anzi trascendere la sua situazione immediata, prospettando il proprio futuro per il meglio;
- L'uomo moderno appare comunque sempre più alienato e solo, isolato e separato, come dice V. Frankl (1963) "...Molti vivono in un *vuoto esistenziale*".. »¹⁰

Molti esponenti della psicologia umanistica riprendono in qualche modo questa base filosofica dell'umanesimo e dell'esistenzialismo per adattarla ad una formulazione sistematica di ciò che sarà chiamato *movimento umanistico-esistenziale*; conservano di essa l'immagine dell'uomo in quanto attivo, positivo, che esperisce la propria esistenza.

Il rimettere al centro l'uomo (come era accaduto per l'umanesimo pre-rinascimentale) è anche una reazione allo sviluppo della scienza e della tecnologia e alla conseguente disumanizzazione della vita sociale. Per contrasto, i principi e i valori della psicologia umanistica appaiono *umani*, comprensibili in termini di esperienza quotidiana, armonizzabili con la visione di una vita migliore.

La psicologia umanistica viene per questo denominata *terza forza* nell'ambito della psicologia, che si oppone alle tradizioni dominanti della psicoanalisi e del comportamentismo, nelle quali il comportamento dell'uomo è pensato come determinato e soggetto a costrizione, nel primo caso prevalentemente da parte di istinti inconsci (determinismo psichico), nell'altro prevalentemente dal condizionamento dell'ambiente. La psicologia umanistica rivendica invece all'individuo la capacità di scegliere liberamente per se stesso e quindi di autodeterminarsi attingendo al proprio potenziale di crescita. L'essere umano è infatti in grado di formulare progetti, valutazioni, opinioni e non è esclusivamente *vittima indifesa* della pressione esercitata dall'inconscio o dall'ambiente.

2.c. motivazione, formulazione degli obiettivi e creatività.

« Uno dei punti centrali del nuovo orientamento umanistico-esistenziale è il modo di intendere il fine ultimo di una persona sana nella vita. Ciò che accomuna molti autori è l'idea di servirsi della vita per realizzare ciò in cui si crede; di qui essi si aspettano una *soddisfazione* alla quale le persone si dirigono, senza escludere difficoltà, problemi, ostacoli, conflitti.

Per esempio, C. Buhler (1959) propone, nel cammino verso l'autorealizzazione e il compimento di integrazione del sé, quattro tendenze fondamentali della vita:

¹⁰ Ibidem pagg. 622-623

- 1) La tendenza a sforzarsi di raggiungere la soddisfazione personale nel sesso, nell'amore e nel riconoscimento dell'Io;
- 2) La tendenza all'adattamento autolimitativo, allo scopo di trovarsi bene, di sentirsi a proprio agio e di guadagnarsi la sicurezza;
- 3) La tendenza all'espressione spontanea e alle opere creative;
- 4) La tendenza all'integrazione e al mantenimento dell'ordine. »¹¹

I due processi: costituzione di un sistema personale di valori e il processo creativo attraverso la condivisione di valori, fini e credenze si esplicano nelle scelte dell'individuo come qualità umane fondamentali che permettono la formulazione di obiettivi per il raggiungimento di mete quali, la felicità e l'auto-realizzazione.

Un altro concetto centrale della psicologia umanistica è la capacità *creativa* dell'uomo. Abraham Maslow fu il primo ad affermare che la caratteristica più universale di tutte le persone da lui studiate o osservate era la loro creatività; in essa egli vede: « Una caratteristica fondamentale della comune natura umana, una potenzialità data fin dalla nascita a tutti gli uomini »¹².

La creatività qui descritta è intesa come una caratteristica espressione di una personalità sana, impegnata nel mondo, entusiasta nella sua tensione creativa; una manifestazione e una prova della teoria secondo la quale l'essere vivente, l'essere umano, rappresenta un sistema aperto, con capacità e libertà d'azione e mutamento.

2.d. Metodologia d'intervento

Sul piano terapeutico e clinico la psicologia umanistica si pone in una posizione includente diverse tecniche e metodologie d'intervento accogliendo metodi *fisici* come la terapia bioenergetica, *affettivi* come l'integrazione di gruppo o psicodramma, *relazionali* come l'analisi transazionale ecc...

La *variabile* che accomuna questi diversi approcci è la ***partecipazione attiva*** del terapeuta nella relazione d'aiuto (più o meno secondo i tipi di psicoterapia); l'impegno personale, il mettersi in gioco in un incontro *autentico* con l'Altro.

Nel libro *Introduzione alla Psicologia Umanistica* di C.Buhler e M.Allen (Roma ed.Armando 1976) gli autori citano James Bugenthal (1971) e la sua *etica umanistica*:

¹¹ C.Buhler-M.Allen *Introduzione alla psicologia umanistica* Roma ed .Armando 1976 pag.66

¹² Ibidem pag.68

«...In molti casi Bugenthal usa l'espressione "etica umanistica" come equivalente a "etica terapeutica" e ad "orientamento di crescita". Noi crediamo che quest'etica sia un fattore essenziale, che sta alla base del processo della psicoterapia umanistica, e sia il fondamento del nostro intento di applicare la psicologia umanistica alla psicoterapia.

Portando avanti la definizione dei fattori che ritiene inerenti ad un approccio etico in un incontro umanistico, Bugenthal fissa un modello che può essere considerato come il motivo dominante in questa nuova applicazione della scuola alla psicoterapia. I suoi principi fondamentali sono i seguenti:

- Sebbene il postulato fondamentale sia che l'individuo è l'agente maggiormente responsabile nella propria vita, ciò non dovrebbe essere interpretato come un incitamento all'isolamento o a centrarsi in modo irrealistico su se stessi...L'affermazione e l'accettazione della soggettività nella propria vita è un passo preliminare e necessario per un incontro valido con un'altra persona, e vuol dire accettare la responsabilità delle proprie azioni e della propria esperienza, piuttosto che agire come se si fosse autorizzati ad essere indulgenti con se stessi.

- L'ideale delle relazioni tra persone è una reciprocità fra le persone, ognuna delle quali è il soggetto della propria vita e ognuna delle quali stima e riconosce la soggettività dell'altra". Bugenthal afferma che questa è la relazione "Io-Tu" di Martin Buber (1958).

- L'etica umanistica propone una prospettiva esistenziale o "qui e ora", rilevando che si vive sempre solo al momento presente. Questo concetto della vitalità contenuta nell'*eterno flusso del presente*...si esprime quando una persona cerca di sapere, nel miglior modo possibile, che cosa è ciò di cui fa esperienza in ogni momento e qual è la vera natura della situazione in cui si trova.

- L'etica umanistica riconosce che sentimenti non edonistici, quali il dolore, il conflitto, l'afflizione, la collera e la colpa, fanno parte dell'esperienza umana e devono essere compresi ed anche valorizzati, piuttosto che soppressi e inibiti. Bugenthal rileva che, lungi dall'essere semplicemente una "reazione disorganizzata", l'espressione di un sentimento simbolizza "un senso esperito nella vita di una persona".

- Le persone che hanno assimilato veramente l'etica umanistica sono solidali nel cercare esperienze che promuovono la crescita ».¹³

Gli autori proseguono.... «...anche lo scienziato e terapeuta umanistico è attivamente cosciente del contesto e della sua capacità di influire su quest'esistenza, sia dall'interno sia dall'esterno. Per la stessa ragione, il suo sentimento di comunanza con coloro i quali è in relazione significa che egli suppone che anche costoro posseggono questo potere attivo e positivo. »¹⁴

¹³ Ibidem pag.99-100

¹⁴ Ibidem pag.100

3. Il Movimento Transpersonale

La felicità che la verità porta con sé, non potrà venire in essere senza sperimentazione nella scoperta di sé. (J. Krishnamurti)

Abraham Maslow, figura centrale della psicologia umanistica, riconobbe i limiti della psicologia e della psichiatria occidentale, dominate fino ai primi anni '60 dal comportamentismo e dalla psicoanalisi, che amavano concentrarsi selettivamente sul comportamento misurabile e sulla patologia, e che con troppa facilità si mostravano avvezze a ridurre ad immaturità nevrotiche, a regressioni psicotiche o a catatonie artificiali alcune cruciali forme dell'esperienza umana evidenziate da particolari stati di coscienza non ordinari. A questo proposito così si esprime Roger Walsh: «La visione convenzionale dell'Occidente aveva a lungo considerato stati "diversi" essere relativamente pochi in numero e primariamente patologici. Delirio e intossicazione sono due di questi esempi. Certo la nostra cultura ha una lunga storia di resistenza anche solo a riconoscere l'esistenza, non parliamo neppure del valore di stati "diversi" di coscienza»¹⁵. Maslow, mosso dalla convinzione che Freud, come lui disse in una celebre affermazione, avesse offerto alla scienza la metà malata della psicologia e che ora si dovesse completare la psicologia con la metà sana, si volse allo studio della salute psicologica dell'uomo. Il lavoro teorico di Maslow fu messo a punto anche grazie all'osservazione di soggetti eccezionalmente sani, da lui chiamati i *self-actualizers* (autorealizzatori), e della loro tendenza ad avere, generalmente per brevi momenti, esperienze di picco (*peak-experience*) spontanee, estatiche e unitive, tali da richiamare gli stati di profonda consapevolezza delle esperienze mistiche riportate e tramandateci nei secoli dalle culture, e variamente definiti come: estasi, coscienza cosmica, esperienza oceanica, Nirvana, Satori, Samadhi, beatitudine ecc.

¹⁵ Cit. fr. Roger Walsh in *Storia del Movimento Transpersonale*, traduzione di Filippo Falzoni Gallerani da *The Journal of Transpersonal Psychology*.

Dall'indicazione che la salute psicologica potenziale potesse includere possibilità non ancora considerate dalla corrente principale della psicologia umanistica, fu fondata, nel 1969, negli Stati Uniti la prima associazione di *Psicologia Transpersonale*¹⁶, - *Association Transpersonal Psychology* - ad opera di personalità quali: Charlotte Buhler, Alan Watts, Arthur Koestler, Viktor Frankl, Antony Sutich, Stanislav Grof, Jim Fidiman, Carl Rogers e naturalmente lo stesso Maslow. Una delle espressioni di tale movimento è la creazione del *Journal of Transpersonal Psychology*, del quale A. Sutich sarà il primo direttore dal 1969 fino alla morte nel 1976. Questo è il primo movimento transpersonale americano legato agli psicologi. Nel giro di poco tempo nasce un secondo movimento nel resto del mondo e si espande fuori della psicologia, dato che il transpersonale esiste anche in sociologia, in economia, in antropologia, in etnologia, in educazione, in sistemica, in etica, ecc. Così si costituisce l'I.T.A. (*International Transpersonal Association*) sotto forma di rete informale che ha organizzato congressi in tutto il mondo:

«Gli emozionanti sviluppi della psicologia transpersonale trovarono la loro espressione nella fondazione di un organismo internazionale, il cui campo d'azione trascende i limiti della psicologia ed include numerose altre discipline scientifiche. Dalla sua nascita, alla fine degli anni Ottanta, l'Associazione di Psicologia Transpersonale - *Association Transpersonal Psychology* - (A.T.P.) ha tenuto regolarmente dei convegni in California. Considerato che l'interesse per il movimento era in crescita e arrivava al di fuori degli Stati Uniti, si sono organizzati incontri transpersonali internazionali in diverse parti del mondo. I primi due si sono svolti a Bifrost, Islanda, il terzo ad Inari, Finlandia, e il quarto a Belo Horizonte, Brasile. Quando ha avuto luogo l'incontro in Brasile nell'estate 1974, questi convegni internazionali erano già così popolari e così seguiti che, nella sessione plenaria finale, i suoi partecipanti hanno deciso di creare un'istituzione che provvedesse a organizzarli, l'*International Transpersonal Association* (I.T.A.). L'I.T.A. fu inaugurata da Stanislav Grof, che ne divenne presidente fondatore, e da Michael Murphy e Richard Price, co-fondatori del noto *Esalen Institute* a Big Sur, California, il primo centro per il potenziale umano.

A differenza dell'*Associazione di Psicologia Transpersonale*, l'I.T.A. era dichiaratamente internazionale e interdisciplinare. Come ho già detto, all'epoca della sua fondazione, la prospettiva transpersonale era comparsa in molte branche della scienza ed in altri settori dell'attività umana. Il programma dei convegni dell'I.T.A. non comprendeva perciò solo psicologi, psichiatri e psicoterapeuti, ma pure fisici, astronomi, astronauti, biologi, fisici antropologi, mitologisti, filosofi, matematici, artisti, maestri spirituali, educatori, politici, economisti e molti altri. Negli anni successivi, l'I.T.A. ha tenuto i suoi convegni a Boston, Melbourne, Bombay, Davos, Kyoto, Santa Rosa (California), Eugene (Oregon), Praga, Killarney, Santa Clara (California) e Manaus. Fra gli altri in passato hanno partecipato personalità quali: Madre Teresa, Sua Santità il Dalai Lama, Swami Muktananda, Ram Dass, Gopi Krishna (per la ricerca spirituale); Steven Halpern e

¹⁶ Il termine Psicologia Transpersonale sembra essere stato utilizzato per la prima volta da William James ancora prima di Roberto Assagioli, il padre della Psicosintesi, ed in seguito da Gustav Jung. Jung e Assagioli anticiparono di alcuni decenni le tesi poi sviluppate ed ampliate dalla ricerca psicologica transpersonale.

Jai Uttal (per la musica); R.D.Laing, Elisabeth Kubler-Ross, Marie-Louise von Franz, Raymond Moody, (studiosi “di confine” in psicologia); David Bohm, Karl Pribram, Fritjof Capra, Rupert Sheldrake, Stanley Krippner, Ilya Prigogine, Peter Russell, Russell Targ (per le nuove scienze); lo studioso di sciamanesimo Michael Harner; i fondatori del “parto dolce”, Frederic Leboyer, e del parto in acqua, Michel Odent; lo studioso della guarigione dai tumori attraverso l’autosuggestione, Carl Simonton; gli studiosi di sostanze psicotrope Albert Hofmann e Terence McKenna; la scrittrice Isabel Allende; i medicine-men nativi americani Brooke Medicine Eagle, Thomas Banyacya e Don Manuel Q’epi; l’ex presidente della repubblica Ceca Václav Havel »¹⁷

Charles T.Tart, Ken Wilber, Michael Washburn, Stanislav Grof si sono fatti conoscere dal pubblico tramite numerose pubblicazioni. La psicologia transpersonale ha acquistato diritto di cittadinanza nelle università statunitensi. Esistono corsi e dipartimenti in diverse università statali ed inoltre sono state fondate università private per l’insegnamento delle discipline transpersonali, come il *Californian Institute of Integral Studies* fondata nel 1968 a San Francisco (USA) e l’*Institute of Transpersonal Psychology* fondata nel 1972 a Palo Alto (California - USA).

In Europa la psicologia transpersonale si è sviluppata più tardi. L’*European Transpersonal Association* (EURO.T.AS) è stata fondata nel 1987 dai rappresentanti delle associazioni nazionali d’Austria, Belgio, Croazia, Germania, Ungheria, Lussemburgo, Polonia, Portogallo, Romania, Russia, Spagna, Svezia, Svizzera, Regno Unito, Francia, Olanda e Italia; mentre l’*European Transpersonal Psychology Association* (ETPA), è stata fondata da Laura Boggio Gilot e da Marc Alain Descamps nel 1998 in Italia ed ora è composta dalle associazioni nazionali d’Italia, Francia, Germania, Portogallo, Romania e Spagna, oltre che da membri individuali.

3.a. Obiettivi della Psicologia Transpersonale

Uno degli scopi del movimento Transpersonale è quello di ridurre la miopia culturale della psicologia, così come d’altre discipline, la cui resistenza a considerare il carattere di realtà e il valore implicito in stati “altri” di coscienza, sembra derivare dalla convinzione rigida che la salute mentale ottimale risieda unicamente nell’unica condizione considerata reale ravvisabile nel *normale* stato di veglia.

¹⁷ Tratto dal sito /naturalspirit.it: *La visione transpersonale: scienza e spirito* di Stanislav Grof.

A partire da questo singolo stato, noi valutiamo e deriviamo in modo esclusivo la nostra visione del mondo; volgendo allo studio specifico delle più alte umane potenzialità di tipo creativo, cognitivo ed etico, la ricerca transpersonale sposta il *focus*, dedicandosi in particolare allo studio della dimensione spirituale della coscienza analizzando, attraverso un adeguato metodo d'indagine sperimentale – che non limiti il suo obiettivo al solo criterio quantitativo, ma lo completi con il valore qualitativo dell'esperienza – altri stati di coscienza oltre la veglia quali, il sogno, il sonno e numerosi stati contemplativi.

«La psicologia transpersonale attuale si propone quindi come un **mediatore gnostico collettivo** tra la psicologia transpersonale incorporata nelle tradizioni sapienziali e la cultura dell'Occidente contemporaneo. Nell'arte dell'**autotrascendenza**, elaborata e raffinata lungo i secoli dalla *philosophia perennis*, sembra infatti potersi trovare la risposta alle domande fondamentali dell'uomo sul significato della vita, la realizzazione del proprio sé (o **autorealizzazione**), la liberazione dalla sofferenza derivante dalla separazione originaria» (R.Venturini, 1998 p.8)

Quando i pionieri e gli esponenti principali della Psicologia Transpersonale tra cui C.G. Jung, Stanislav Grof, Charles T.Tart, Claudio Naranjo, Roberto Assagioli e altri, scoprirono nelle psicologie e nelle millenarie discipline contemplative dell'Asia non solo informazioni dettagliate delle esperienze di picco (*peak experience*), ma di una globale famiglia d'esperienze trans-egoiche molte delle quali benefiche, e di metodi sistematici per indurle e sostenerle, il *normale* funzionamento psicologico, culturalmente ritenuto di successo dalla visione materialistica e "scientista" dell'uomo, iniziò a mostrarsi subnormale rispetto a quanto gli umani avrebbero potuto imparare ad essere. C.T.Tart osserva come già a partire dagli anni '50 una nuova tipologia di paziente cominciò a delinarsi negli ambienti psicoterapeutici: il *nevrotico esistenziale*, che disponeva di tutte le caratteristiche psicologiche, sociali e materiali per essere felice secondo i criteri culturali dell'epoca ma che, ciononostante, andava ancora cercando insoddisfatto un orizzonte di senso, un valore aggiunto, in termini di significato, attraverso il quale poter guardare la propria vita senza la lente deformante del quotidiano e opprimente sentimento di vacuità.

La Psicologia Transpersonale, oggi, cerca di rispondere a queste problematiche, sostanzialmente immutate dell'uomo moderno, indagando più a fondo con studi empirici e scientifici la coscienza nella sua totalità ed in particolare aspetti di grande interesse sui quali si è sorvolato in passato come: gli stati intersoggettivi, la spinta all'autorealizzazione, le meta-motivazioni come l'altruismo, l'amore e la compassione, l'impulso verso la trascendenza dell'io e la crescita spirituale, l'autenticità, la creatività, i valori, l'intuizione, le esperienze psichiche che trascendono lo spazio e il tempo e quelle di profonda consapevolezza sensoriale, fino alle esperienze mistiche e a quelle di risveglio (illuminazione).

D'altro canto la radice latina "*Trans*" significa *oltre*, quindi oltre "la persona", la maschera sociale, il sé ordinario, il personale.

La Psicologia Transpersonale è stata definita la *quarta forza* in psicologia, in ragione del suo tentativo di definire quelle potenzialità e capacità dell'essere

umano che non sono state oggetto di studio delle scuole che l'hanno preceduta, avendo ciascuna notoriamente considerato solo uno dei molteplici aspetti di quel fenomeno ricco e sfaccettato che è la coscienza, sino ad assumere un punto di vista spesso riduzionistico. La prima forza è rappresentata dal Comportamentismo che in effetti ha ridotto la coscienza alle sue manifestazioni comportamentali osservabili; le "teorie psicoanalitiche" classiche sono state la seconda forza che ha però circoscritto la coscienza alle strutture dell'Io e al loro impatto con l'Id. La Psicologia Umanistica infine ha cercato di sopperire alle mancanze dei filoni precedenti, riducendo tuttavia la coscienza alle strutture personali e alle modalità intenzionali, mentre la scienza cognitiva a tratti pare limitare la coscienza alle sole dimensioni obiettive dei meccanismi neuronali e a funzioni simili a quelle di un biocomputer.

«L'interconnessione della realtà e la corrispondente interdipendenza tra i fenomeni biologici, psicologici, ecologici, sociologici e cosmici dimostrano la riduttività delle rigide separazioni di scuola tra le discipline scientifiche e portano ad un approccio alla conoscenza che è olistico, interculturale e interdisciplinare (...). E' in questo contesto di discussione critica e costruttiva, della visione materialista e meccanicistica della realtà, che si sviluppa la Psicologia Transpersonale.»¹⁸

«La psicologia transpersonale prende a proprio oggetto la fenomenologia dei grandi cambiamenti trasformativi e le modalità auto ed etero-educative attuate lungo i sentieri d'autosviluppo.

Siamo entrati in una nuova fase dell'avventura della coscienza – scrivono Walsh e Vaughan -. Nata umilmente come tentativo di comprensione delle esperienze di picco di persone eccezionalmente sane, la psicologia transpersonale è sbocciata in un movimento internazionale ed interdisciplinare. Esperienze transpersonali, potenzialità, tradizioni a lungo accantonate come fantasie, patologie o invenzioni sono finalmente esplorate e apprezzate. E ciascuna scoperta rivela ulteriori possibilità (1993c,p266) »¹⁹

La Psicologia Transpersonale subisce inoltre una forte influenza da parte delle più recenti acquisizioni della fisica moderna e della biofisica ed è in stretto rapporto con la Sociologia e l'Antropologia. In considerazione di questo la Psicologia Transpersonale sembra connotarsi come un vasto movimento di pensiero e di ricerca che, in quanto tale, travalica gli ambiti e i limiti della psicologia per contribuire alla nascita di una nuova scienza della Coscienza che assume, come schema di riferimento, la visione olistica, ecologica e sistemica della vita.

Un gran merito della Psicologia Transpersonale è quello di aver guardato anche oltre la soglia convenzionale della completa maturità psicologica, facendo

¹⁸Tratto da: *Il sé Transpersonale: Psicologia e Meditazione Yoga Vedanta* di L.Boggio Gilot ed.Asram Vidya1992 pagg 18-19

¹⁹ Tratto da *Coscienza e cambiamento* di R.Venturini Assisi ed.La Cittadella 1998 pagg.131-132.

proseguire lo sviluppo individuale oltre il livello della completa integrazione psico-sessuale espresso dalla forza dell'Io ben differenziato e razionale e dalla capacità d'adattamento all'ambiente, indicando la possibilità, per un individuo psichicamente sano, di un'ulteriore espansione dell'io all'interno di una più alta ed ampia identità che integra processi precedentemente alienati.

« Nell'ambito della psicoterapia, la prospettiva transpersonale include le aree e gli interessi convenzionali, ma aggiunge una specifica enfasi per i temi della crescita e della consapevolezza oltre i livelli riconosciuti normali, affermando l'importanza delle esperienze trascendenti nelle dinamiche della salute e della psicopatologia.

Dilatando le ordinarie concezioni della sofferenza psichica, la psicoterapia transpersonale studia nuove categorie psicopatologiche legate alle dinamiche dello sviluppo trans-logico e spirituale, laddove l'identità e la coscienza varcano i limiti dell'*io* e delle sue coordinate dualistiche»²⁰.

4. Il Contributo di Ken Wilber alla Psicologia Transpersonale

Ken Wilber è nato nel 1949 ad Oklahoma City (USA); ha vissuto in diversi luoghi durante gli anni della scuola, essendo suo padre impiegato nell'Air Force. Completati gli studi secondari a Lincoln, nel Nebraska, s'iscrisse alla facoltà di medicina presso la Duke University. Tuttavia, già durante il primo anno di corso, perdendo qualsiasi interesse per la carriera scientifica, si rivolse allo studio della psicologia e della filosofia, sia occidentale sia orientale.

Tornato nel Nebraska per studiare biochimica, disciplina nella quale si è specializzato, prese le distanze dal mondo accademico, per dedicarsi totalmente allo studio indipendente e alla pubblicazione di libri. Attualmente vive e lavora a Boulder in Colorado (USA).

Parlando di sé afferma di essere un uomo destinato alla scienza: « Ho costruito il mio self educato nella logica, strutturato dalla fisica e motivato dalla chimica» (1982). A 20 anni, mentre studiava biologia, leggendo un testo di Lao Tzu (*Tao te Ching*) modificò - a suo dire - completamente il suo modo di comprendere il mondo. Questa lettura creò un profondo interesse per le filosofie orientali. Nei due anni successivi si dedicò a leggere e scrivere sulla sua "ossessione", ovvero la sintesi del pensiero psicologico occidentale e la psicospiritualità orientale.

Ken Wilber, prospetta una sintesi sullo studio della coscienza umana che ci permette di avere una visione realmente integrale e potenzialmente trasformativa. Le sue idee, che permettono di integrare visioni diverse, Oriente e Occidente, antiche e moderne, psiche e materia, scienza e religione, stanno trasformando il mondo della psicologia e dei modelli della mente.

²⁰ Ibidem pag. 20

In Italia le sue idee sono ancora poco note, anche se l'A.I.P.T. (*Associazione Italiana Psicologia Transpersonale*) della dottoressa Boggio Gilot e l'A.R.A.T (*Associazione Rebirthing ad Approccio Transpersonale*) del dott. Falzoni Gallerani utilizzano il paradigma teorico di Ken Wilber promuovendone la conoscenza. Ad oggi sono stati tradotti e pubblicati in italiano soltanto cinque volumi relativi agli anni '70/'80²¹.

Wilber integra una profonda analisi delle dimensioni della coscienza umana con un approccio scientifico ampio e la sua esperienza personale con le pratiche esperienziali d'autoconoscenza (meditazione, autoindagine). "Mistico" e scienziato non separa l'esperienza dell'uomo nel mondo dalla dimensione interiore, che studia con lucidità.

Il suo primo libro, *Lo Spettro della Coscienza*, fu scritto in tre mesi nell'inverno del 1973 e pubblicato nel 1977 dalla Quest Books, anche se una prima pubblicazione riassunta era stata pubblicata nel 1974 dalla rivista *Main Currents*. Ad oggi l'autore ha scritto oltre venti altri volumi ampliando e raffinando il suo paradigma scientifico sullo studio della coscienza umana.

In *The Eye of Spirit* (1998) lo stesso autore classifica l'evoluzione del suo lavoro in quattro fasi: Wilber1/2/3/4. Di seguito saranno descritte – in modo semplificato e certamente non esaustivo – ognuno dei modelli spettrali di riferimento per ciascuna fase.

4.a. WILBER1

Nel suo primo libro, *Lo Spettro della Coscienza* (1973), Wilber propone un quadro di riferimento teorico per una descrizione della coscienza umana integrando gli studi della moderna psicologia occidentale all'antica saggezza della filosofia orientale.

La coscienza è descritta come uno *spettro*, prendendo a metafora lo spettro elettromagnetico; così come la radiazione elettromagnetica consiste in uno spettro d'onde d'energia di diversa lunghezza, frequenza, intensità – raggi x, raggi gamma, raggi infrarossi ecc.- così si può tentare di descrivere la coscienza umana creando un *modello*, nel senso scientifico del termine.

-
- ²¹ *Lo Spettro della Coscienza*, Latina, ed. Crisalide 1993
 - *Grazia e Grinta*, Assisi, ed. La Cittadella 1995
 - *Le trasformazioni della Coscienza. Psicologia Transpersonale e sviluppo umano*, Roma ed. Astrolabio 1989. (scritto insieme a Jack Engler e Daniel Brown)
 - *Oltre i confini*, Assisi, ed. La Cittadella 1995
 - *Progetto Atman: una visione transpersonale dello sviluppo umano*, Latina, ed. Crisalide 2003

«Ribadiamo che definire la coscienza, come uno spettro é pura metafora – ci può rivelare *com'è* la coscienza, ma certo non *cos'è*, perché ciò va ben oltre le parole e i simboli, si trova “*nell'interiorità della propria esperienza spirituale, che non può essere analizzata intellettualmente senza in qualche modo cadere in contraddizioni logiche*» (D.T.Suzuki, *Saggi sul Buddhismo Zen*, Roma, ed.Mediterranee, 1989) »²²

Utilizzando lo spettro come modello di descrizione della coscienza l'autore dimostra come i vari studiosi orientali e occidentali, utilizzando linguaggi, metodologie e logiche diverse, non fanno altro che “sintonizzarsi” su vibrazioni differenti dello spettro della coscienza, proprio come i primi studiosi delle radiazioni si occupavano di differenti lunghezze d'onda dello spettro elettromagnetico.

Per quanto sopra descritto può non esistere controversia alcuna se si dimostra che si occupano di livelli diversi della stessa realtà.

«Il valore delle ricerche svolte ad ogni livello non deve risultare compromesso solo perché esistono approcci diversi. Al contrario, ogni livello, essendo un momento particolare dello spettro, é ciò che é soltanto in virtù degli altri. La bellezza del colore blu dipende dalla presenza degli altri colori; se esistesse soltanto il blu non saremmo in grado di vederlo. In questo tipo di sintesi nessun approccio, orientale od occidentale che sia, ha qualcosa da perdere; anzi è arricchito perché è considerato in un contesto universale.»²³

Oltre a definire una sintesi integrata degli approcci orientali e occidentali, Wilber propone anche un'*integrazione dei principali approcci occidentali* alla psicologia e alla psicoterapia evidenziando come le diverse scuole di psicologia hanno esaminato livelli diversi dello spettro della coscienza e quindi possono essere incluse in una più ampia “*psicologia dello spettro*”, in un rapporto di complementarità e non d'antagonismo o contraddizione come generalmente si crede.

Wilber afferma, inoltre, che l'idea dello Spettro della Coscienza deriva dall'analisi della *Filosofia Perenne* di Aldous Huxley. La *Filosofia Perenne* è una dottrina universale circa la natura dell'umanità e della realtà, che si fonda nel nucleo stesso delle principali tradizioni metafisiche. Accanto alla Filosofia Perenne esiste una *Psicologia Perenne*, cioè, una visione universale della coscienza umana che esprime in linguaggio psicologico le stesse comprensioni che sostiene la Filosofia Perenne.

²² Tratto da: *Lo Spettro della Coscienza*, Latina, ed. Crisalide 1993 pag.17

²³ Ibidem pag.18

D'accordo con il modello spettrale della coscienza, allo stesso modo che lo spettro elettromagnetico della fisica costituisce un'espressione mediante molteplici fasce o bande della stessa onda o fenomeno elettromagnetico, la personalità umana rappresenta una manifestazione *multistratificata* di un'unica coscienza.

In sintesi, Wilber¹, propone che, a partire dal secolo XVII, in Occidente lo studio della coscienza umana sottovaluta il punto di vista metafisico e sviluppa solo lo studio della psicopatologia per rispondere al malessere psicologico degli esseri umani. In Oriente, e più concretamente i punti di vista che abbracciano la "*psicologia perenne*", non si sono interessati di essa poiché considerano la radice di tutta la sofferenza psicologica risiedente nella separazione tra oggetto-soggetto. In ogni modo, per Wilber, entrambi gli approcci sono corretti e, nell'insieme, formano posizioni complementari della Coscienza che comprende la totalità dello spettro.

La sua prima pubblicazione, *Lo Spettro della Coscienza*, ottenne un sorprendente successo editoriale grazie al quale arrivarono varie offerte di lavoro, che non accettò. A quell'epoca, l'autore dedicava tre ore al giorno alla meditazione e un giorno al mese di pratica intensiva. Contrasse matrimonio con la sua miglior amica e continuò ad avere impegni di manovale e lavapiatti part-time che gli permettevano di seguire la sua ricerca personale. Più volte ha espresso la sua soddisfazione per l'equilibrio tra lavoro fisico, studio e meditazione (corpo-mente-spirito). Il suo atteggiamento però non era ben accolto dalle persone che gli erano vicine, che non capivano come una persona con le sue doti e qualità non facesse una carriera universitaria o accettasse alcune delle offerte di lavoro che spesso arrivavano. Ricordano che sua moglie lo presentava affettuosamente come il famoso «autore e lavapiatti Ken Wilber».

LO SPETTRO DELLA COSCIENZA (Schema)

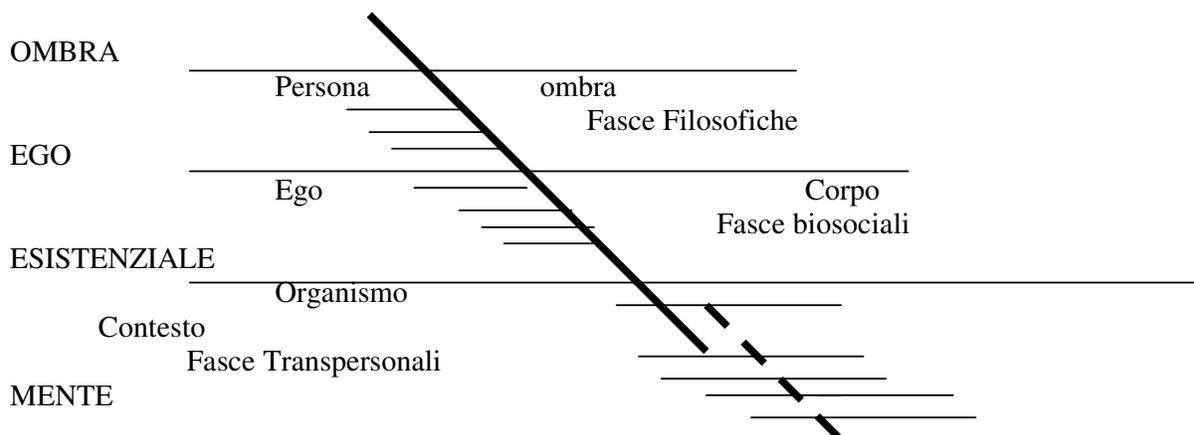


Figura1: Tratto da: *Lo Spettro della Coscienza* (trad. italiana 1993, Latina, ed. Crisalide) pag.161

1° Livello: esiste solo la Coscienza, la Mente, "*onnicomprendiva*", *non duale*, base senza tempo di tutti i fenomeni temporali. Nella "fase" in cui la Mente domina, noi c'identifichiamo con la Totalità, siamo una cosa sola con l'Energia essenziale dell'universo.

2° Livello: attraverso il processo d'involuzione, il pensiero dualistico, noi introduciamo divisioni illusorie che creano "due mondi a partire da uno". Queste divisioni non sono reali, anche se tali appaiono, eppure l'uomo si comporta come se esistessero realmente; così egli passa dall'identità cosmica con il Tutto all'auto-identificazione con il proprio organismo, generando il secondo importante Livello di coscienza, il *Livello Esistenziale*.

3° Livello: L'identità dell'uomo si sposta dunque dall'organismo nella sua totalità all'*ego*, dando origine al terzo importante Livello di coscienza, il *Livello Egoico*.

4° Livello: proseguendo lungo la spirale dualistica, l'uomo può perfino tentare di negare alcuni aspetti indesiderabili del proprio ego, rifiutandosi di ammetterli alla coscienza. Si ha allora un nuovo spostamento d'identità, stavolta verso alcuni aspetti dell'ego, spostamento che conduce al livello successivo, l'*Ombra*.

Ricordiamo che ciascun livello dello spettro della coscienza ha origine da un particolare *dualismo-repressione-proiezione*, il quale comporta (tra le altre cose) una progressiva restrizione dell'identità: dall'universo (Mente, Coscienza) all'organismo (Esistenziale), alla psiche (Ego), ad alcune parti della psiche (Persona). Dunque, ogni livello dello spettro è potenzialmente in grado di produrre un certo tipo di disagio, perché ciascun livello rappresenta un particolare tipo di alienazione dell'universo da se stesso. In generale, la natura di questi disagi "peggiora" progressivamente man mano che si sale lungo lo spettro, perché ad ogni nuovo livello aumentano gli aspetti dell'universo con i quali l'individuo non si identifica più, e che perciò gli appaiono alieni e potenzialmente minacciosi.

Per esempio, a Livello Esistenziale l'uomo s'immagina separato, e perciò potenzialmente minacciato, dal proprio ambiente. A Livello Egoico egli crede di essere alienato anche dal suo stesso corpo, e così tanto l'ambiente che il corpo appaiono come possibili minacce. Al Livello dell'Ombra l'uomo appare separato perfino da alcune parti della sua psiche - e dunque l'ambiente- il corpo e la mente possono sembrargli estranei e minacciosi.

Dire, quindi, che ogni livello ha origine da un particolare dualismo-repressione-proiezione, o dire che ogni livello è contrassegnato da una riduzione del senso d'identità, o ancora dire che ogni livello contempla

particolari processi inconsci, equivale a indicare che ogni livello implica una caratteristica serie di potenziali disagi.

4.b. WILBER2

Nella seconda fase di sviluppo del suo lavoro K.Wilber amplia il modello dello spettro della coscienza descrivendola in diciassette (17) *stati di sviluppo*: ciò allo scopo di integrare ulteriormente (come già descritto nello *Spettro della coscienza*) concetti, teorie, approcci Est –Ovest, convenzionale e contemplativo, ortodossia e misticismo entro una singola e coerente cornice.

Subcoscienza	Pleroma Uroboro Corpo assiale Corpo pranico Corpo immagine
Coscienza	Cognizione d'appartenenza Primo egoico della <i>persona</i> Medio egoico della <i>persona</i> Tardo egoico della <i>persona</i> Ego maturo Biosociale Centauro

Supercoscienza	Sottile inferiore Sottile superiore Causale inferiore Causale superiore Realtà ultima
----------------	---

Fig. 2. Tratto da: *Integral Psychology* (2001 ed. Shambala) pag.12

I due libri che rappresentano questa fase del lavoro sono: *Atman Project: A transpersonal view of Human Development* (1980 Quest Books 1996) e *Up from Eden: A Transpersonal view of Human Evolution* (1981 Quest Books,1996).

Il fulcro della ricerca di questa fase è, come scrive in *Progetto Atman*:

« Il filosofo Jan Smuts diceva che ovunque rivolgiamo lo sguardo, in natura, non vediamo altro che *interezza*.(Smuts,J.,”*Holism and evolution*”.New York: Macmillan, 1926.) Un’interezza che è anche organizzata secondo un preciso principio gerarchico: ogni intero è parte di qualcosa di più grande, che a sua volta è parte di qualcosa di più grande ancora. Campi dentro campi dentro campi, che si estendono attraverso l’universo, e intrecciano ogni singola cosa con ogni altra cosa.

Smuts diceva anche che l’universo non è qualcosa di statico e inerte, non è pigro, bensì energicamente dinamico e persino creativo. Esso tende (ora diremmo teleonomicamente) a produrre sistemi di livello sempre più alto, sempre più inclusivi e organizzati. Complessivamente, il processo cosmico, via via che si compie nel tempo, altro non è che evoluzione. Smuts chiamò *olismo* la tendenza verso unità sempre più ampie.

Se continuassimo con questa linea di pensiero, potremmo dire che poiché la mente umana o psiche è un aspetto dell’universo, ci aspetteremo di trovare, in essa, la medesima struttura gerarchica di sistemi compresi in altri sistemi, passando dal più semplice e rudimentale al più complesso ed inclusivo. In linea di massima, è proprio questa la psicologia moderna (...).

(...) L’evoluzione olistica della natura, si manifesta nella psiche umana in forma di *sviluppo* o *crescita*. La stessa forza che ha prodotto gli esseri umani a partire dalle amebe trasforma i bambini in adulti. Ciò vale a dire che la crescita di una persona, dalla prima infanzia all’età adulta, è semplicemente una versione miniaturizzata dell’evoluzione cosmica. Oppure potremmo dire che la maturazione o sviluppo psicologico degli esseri umani non è altro che un riflesso, a livello microcosmico, della crescita universale nel suo insieme, ed ha lo stesso scopo: la manifestazione di unità e integrazioni di ordine *sempre* più elevato.»²⁴

²⁴ Tratto da K.Wilber *Progetto Atman* pp 25-26, Latina, ed. Crisalide 2003

Ken Wilber propone quindi il modello dello spettro della psiche racchiudendo i diciassette livelli nei tre grandi domini: **pre-personale**, **personale** e **transpersonale** includendo in quest'ultimo gli stadi del Bardo (da fonti del pensiero buddista specificamente *Il Libro Tibetano dei Morti*). Nei due volumi citati Wilber sottolinea, inoltre, come il grande lavoro di ricerca della scienza occidentale sia stato indirizzato prevalentemente allo studio dei domini pre-personale e personale, mentre invece la psicospiritualità orientale lo abbia indirizzato verso i piani trans-personali (sottile-causale- non-duale).

Dalla descrizione - integrazione degli stadi di sviluppo - si giunge ad un'ulteriore rappresentazione definita **ciclo di vita**; a questo punto, per convenienza, tale rappresentazione (*ciclo di vita*) che procede dalla *sub-coscienza* (dominata da istinti, impulsi, id) alla *coscienza di sé* (egoico, concettuale, sintattica) alla *super coscienza* (trans-temporale, trans-personale, trascendentale) è ulteriormente suddivisa in **arco esterno** (dalla sub-coscienza alla coscienza) e **arco interno** (il passaggio dalla coscienza alla super-coscienza).

Dopo aver diviso il ciclo di vita in questi due “momenti”, Wilber indica le molteplici patologie e le differenti metodologie psico-scientifiche appartenenti ad ogni stadio della crescita.

Per quanto riguarda i livelli dell'arco esterno Wilber si è avvalso delle teorie di noti ricercatori quali: Baldwin, Jung, Freud, Ferenczi, Erikson, Arieti, Loevinger, Piaget, Maslow; mentre per i livelli dell'arco interno propone il modello improntato ad una visione d'insieme attingendo dalle scuole mistiche d'Oriente e d'Occidente, dal Buddismo al Platonismo, da Eckart e Plotino in occidente a Shankara e Nagarjuna in oriente.

Negli anni 1982-1983 Wilber pubblica tre articoli nel libro *The Holographic Paradigm and other paradoxes: exploring the leading edge of Science* (1982 ed. Shambala): un'antologia di contributi di scienziati e pensatori famosi quali: Karl Pribram, Stanley Krippner, Renée Weber, William Irwing Thompson, David Bohme, Marilyn Ferguson, e altri.

Il contributo di Wilber in questo libro include i tre articoli :

- *Physics, Mysticism, and the new paradigm*
- *Reflections on the New-Age paradigm*
- *A conversation with Ken Wilber*

Oltre ai sopracitati articoli pubblica anche due libri : *A Sociable God: Toward a new understanding of religion* (1983 ed. Shambala), e *Eye to Eye: the quest for the new paradigm* (1983 ed. Shambala).

Nei due libri, in accordo con la nozione centrale della *Filosofia Perenne*, Wilber descrive la realtà come non uni - dimensionale ma come composta

da alcune diverse ma continue dimensioni. La realtà manifesta, consiste in differenti gradi o livelli che vanno dai più bassi, più densi e meno consci, ai più alti, più sottili e più consci.

6 | GROUND: THE FOUNDATION

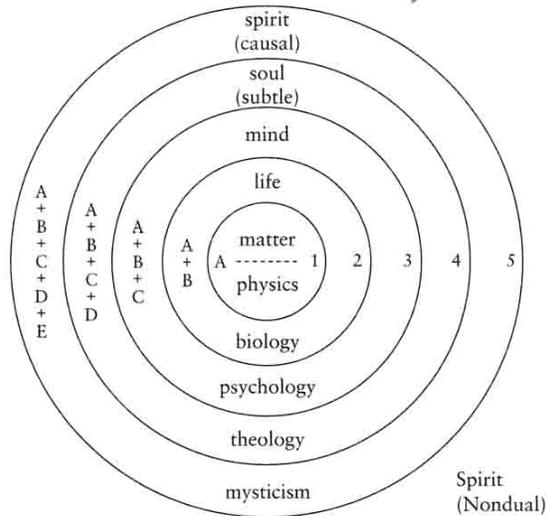


FIGURE 1. *The Great Nest of Being*. Spirit is both the highest level (causal) and the nondual Ground of all levels.

Figura 3: Tratto da *A Brief History of Everything* (1996 ed. Shambala) pag.33

A questo punto, utilizzando la Fig. 3, spiega come la dinamica di sviluppo del modello sia di natura *olistica* dove ogni dimensione inferiore è trascesa e inclusa nelle dimensioni superiori. Numerosi sono i livelli inclusi dai teorici della Grande Catena dell'Essere. Wilber ne presenta una forma semplificata dove utilizza cinque dimensioni, o stadi di sviluppo quali: **materia – corpo – mente – anima – spirito**, arrangiate in un ordine gerarchico di livelli crescenti che dispongono di capacità di integrazione crescente maggiori. Inoltre colloca i diversi metodi scientifici che si occupano di ogni dimensione: ad esempio, la fisica si occupa dell'aspetto fisico-atomico del cosmo, utilizzando le sue leggi; la biologia si occupa dell'organismo cellulare, la psicologia si occupa dello studio della mente; la teologia si occupa dello studio dell'anima (sottile) e il misticismo si occupa dello

Spirito (causale – non-duale). E' facile notare come si trovino in accordo *dominio* e metodo di *ricerca* (biologia-corpo ecc..) e come il dominio superiore, include e trascende quello inferiore (nella biologia si utilizzano leggi fisiche e non viceversa).

4.c. WILBER 3

Nel libro *Eye of Spirit* (1997 ed. Shambala) Wilber descrive nello specifico le quattro fasi di sviluppo del suo paradigma teorico come:

Ken Wilber 1: il periodo romantico

Ken Wilber 2: la Grande Catena dell'Essere compresa in termini di sviluppo

Ken Wilber 3: dalla Grande Catena dell'Essere alla Grande Olarchia dell'Essere

Ken Wilber 4: il modello olografico dei quattro quadranti.

Un modo semplice e sintetico di descrivere Wilber 3 comprende quindi l'integrazione dei *livelli* o *onde* della Grande Catena dell'Essere con varie *linee* o *correnti* di sviluppo in un sistema di ordine olarchico. (Figura 4)

Precisa però Wilber:

« Ciò non significa che tutti, o almeno la maggior parte degli importanti aspetti dello sviluppo siano gerarchici. Nel mio sistema ogni struttura di base o onda in realtà consiste sia di *gerarchie*²⁵ (di crescente capacità olistica) che di *eterarchie*²⁶ (o di interazioni non gerarchiche tra elementi mutualmente equivalenti). La relazione tra livelli è gerarchica, con ogni livello superiore che trascende ed include i precedenti, ma non viceversa (le molecole contengono atomi ma non viceversa, le cellule contengono molecole ma non viceversa, le frasi contengono parole ma non viceversa); e questo "non viceversa" stabilisce una gerarchia *asimmetrica di crescente capacità olistica*, e ciò significa semplicemente che il superiore abbraccia il precedente, ma non viceversa, cosicché il superiore è più olistico e ampio. Ma, all'interno di ogni livello, la maggior parte degli elementi esiste come schemi mutualmente equivalenti e reciprocamente interagenti. Gran parte dello sviluppo, almeno una metà, implica vari tipi di processi, non gerarchici, di articolazione e applicazione della competenza. Questi processi non gerarchici, naturalmente, non sono indicati negli schemi, che mettono a fuoco il movimento migratorio dello sviluppo, ma la loro profonda

²⁵ gerarchia: sistema di organizzazione e sviluppo di ogni modello evolutivo

²⁶ eterarchia: è il sistema di organizzazione e sviluppo in ogni singolo stadio o livello di ogni modello evolutivo

importanza non dovrebbe per questo essere dimenticata. *L'olarchia*, nel modo in cui uso questo termine, include un equilibrio tra *gerarchia* (livelli qualitativamente ordinati) e *eterarchia* (dimensioni mutualmente collegate). I teorici che hanno cercato di usare solo una o l'altra di questi tipi di relazioni, hanno del tutto fallito nel tentare di spiegare lo sviluppo.

Per spiegare lo sviluppo psicologico è quindi necessario, secondo Wilber, un approccio integrale che tenga conto: 1) dei livelli di base o onde; 2) delle linee o correnti; 3) dell'io come navigatore delle onde e delle correnti. » ²⁷

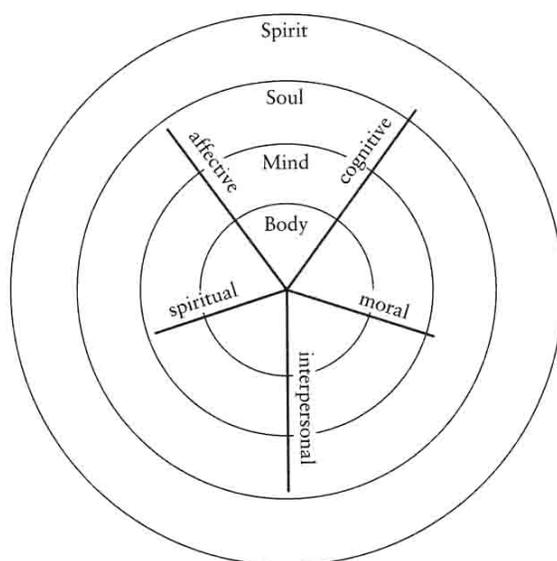


FIGURE 3. *The Integral Psychograph as a Hierarchy*

Figura 4: Tratto da: *Essential Ken Wilber* (1998 ed. Shambala) pag.116

Come dimostra il grafico si può essere ad un livello alto (cognitivo) in una linea o corrente e ad un livello medio (es. intelligenza emotiva) in altri e ancora, essere ad un livello basso in altri ancora (es. morale). La specificazione tra la *dimensione* o *stadio* e la *linea* o *corrente* spirituale di sviluppo attraverso i vari stadi dello spettro ci permette di avere nuovi punti di vista rispetto alla Grande Catena dell'Essere (e Wilber2) che facevano risiedere l'esperienza spirituale o di picco esclusivamente ai domini transpersonali o sottili della coscienza; bensì si possono avere tali esperienze praticamente a tutti gli stadi o onde della crescita.

La *Grande Olarchia dell'Essere* permette ora di intravedere come alcune linee o correnti si sviluppino attraverso gli stadi o onde in modo sequenziale ma per quanto riguarda l'intero processo di crescita del Sé non è mai

²⁷ tratto da *Integral Psychology* (2001 ed. Shambala); traduzione di F.Falzoni Gallerani

sequenziale, essendo il Sé l'amalgama di tutte le onde e correnti possibili di permutazioni e combinazioni di numero infinito. Inoltre il diagramma (fig.4) indica anche come ogni dimensione più bassa viene inclusa ed integrata, perciò essere ad un'alta onda dello spettro non significa che le onde più basse debbano essere trascurate; visto che ci si riferisce non alla sequenza lineare ma al modello: atomo-molecola-cellula-organismo; anche, ad un alto livello, il lavoro nel più basso deve continuare: le cellule hanno sempre bisogno delle molecole, e Buddha, nonostante tutto, dovrà pur sempre continuare a mangiare!

4.d. Grazia e Grinta

Nel 1983 Wilber incontra e sposa Treya Killam; questo incontro determinerà un vuoto editoriale di circa sei anni. A Treya, infatti, viene diagnosticato – venti giorni prima delle loro nozze – un tumore maligno al seno che la condurrà, dopo cinque anni di cure dolorose ed estenuanti, alla morte.

Dopo tale evento Wilber impiega tre anni per riprendere il suo lavoro pubblicando il libro *Grace and Grit: spirituality and healing in the life and death of Treya Killam Wilber* (1991 ed. Shambala).

Il libro è composto dai commenti ad ampio raggio su temi inerenti la coscienza umana in rapporto alla dimensione *malattia mortale* illustrati da Wilber, combinati agli scritti estrapolati da lui stesso dal diario personale di Treya – scritti in tutto il periodo della sua malattia -.

Visti i contenuti e l'autenticità con cui gli autori hanno descritto la loro storia personale, il libro ha avuto un notevole successo editoriale, tradotto in numerose lingue, viene ancora oggi utilizzato come testo di studio sia in ambienti accademici che non (associazioni di mutuo aiuto, gruppi di lavoro finalizzati al sostegno alle persone malate ecc...) per la sua coerenza rispetto al tema della relazione tra medico, paziente e malattia mortale.

4.e. WILBER 4

Il passaggio dal modello di Wilber³ al successivo è stato caratterizzato da un lavoro svolto durante un periodo di quattro anni, terminato con la pubblicazione di *Sex, Ecology and Spirituality: the spirit of evolution* (1995 ed. Shambala) e *A Brief History of Everything* (1996 ed. Shambala).

Sex, Ecology and Spirituality, è stato considerato dai suoi critici come l'apice della maturità del pensiero di Wilber. Il testo si compone di seicento pagine e quattrocento pagine di note. In esso viene proposto **il modello dei quattro quadranti** e l'*approccio integrale* o *olistico* nel descrivere il rapporto tra l'evoluzione del macrocosmo e quella del microcosmo e fornirne le coordinate di sviluppo.

«Esistono molti modi per spiegare “integrale” o “olistico”. Il più comune approccio è quello che si sforza di includere, di integrare: materia-corpo-mente-anima-spirito, perciò, di includere la Grande Olarchia dell’Essere; quindi la fisica che s’interessa alla materia, la biologia al corpo, la psicologia alla mente, la teologia all’anima, il misticismo allo spirito.

Ciò che ho provato a dimostrare con i miei scritti è stato quello di trovare un sistema più sofisticato per indicare che ognuno di quei *livelli* in realtà ha almeno quattro importanti aspetti o dimensioni.

Ogni livello può essere visto dall’*interno* e dall’*esterno* e in entrambe le forme: *individuale* e *collettivo*. Per esempio, la tua coscienza può essere osservata dall’*interno* -parte soggettiva- , la tua propria consapevolezza ora – che è esperita in prima persona come un “*Io*”(tutte le immagini, impulsi, concetti, desideri che fluiscono attraverso la tua mente ora). Si può inoltre studiare la coscienza in un modo oggettivo, empirico, scientifico, nella terza persona come un “*Ciò*” - in inglese *It* – (ad esempio, il cervello contiene dopamina, serotonina, adrenalina ecc..., tutte descritte in un linguaggio oggettivo). Entrambe le dimensioni (Io e ciò) esistono non solo in una duplice forma – come Io o Ciò – ma anche come “*Noi*”. Le forme collettive, a loro volta, hanno una visione dall’*interno* e dall’*esterno*: i valori culturali condivisi *interiormente* e le forme esteriori sociali condivise *esteriormente*. Quindi ogni livello della Grande Catena ha un *interno* e un *esterno* in entrambe le forme individuali e collettive, e ciò ci dà quattro dimensioni o *quadranti* per ogni livello dell’esistenza»²⁸

²⁸ Tratto da: Ken Wilber *Essential Ken Wilber* pagg.102/103 (1998 ed. Shambala), trad. F. Falzoni Gallerani

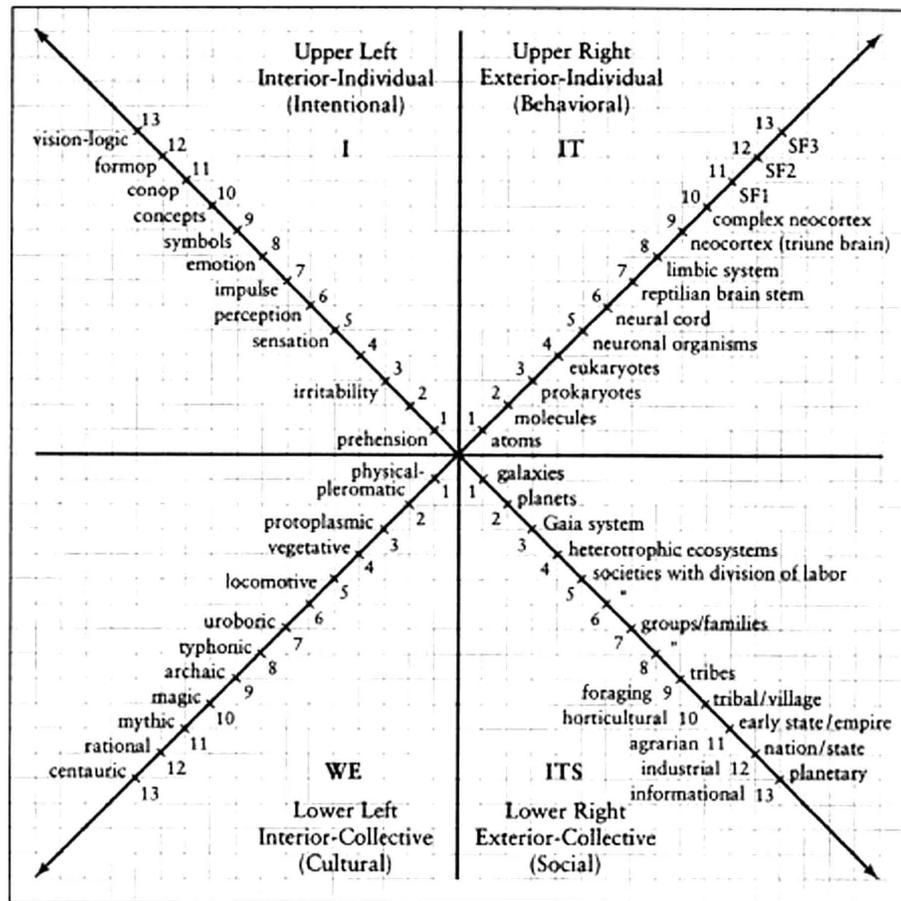


FIGURE 5. *The Four Quadrants*

Figura 5: Tratto da *Essential Ken Wilber* (1998 ed. Shambala) pag.103

La parte superiore del diagramma è l'*individuale*, la metà inferiore è il *collettivo*, la metà sinistra è l'*interiore* (consapevolezza, soggettività) e la metà destra è l'*esteriore* (obiettiva, materiale). Così il quadrante superiore sinistro rappresenta l'interiore dell'individuo, l'aspetto soggettivo della coscienza o la consapevolezza individuale rappresentata dalla linea cognitiva sino al livello *vision logic* (pensiero sintetico integrato). Tutto il quadrante superiore sinistro, rappresenta l'intero spettro della coscienza così come appare in ogni individuo, dalle sensazioni fisiche, alle idee della mente, all'anima e allo spirito.

Lo *psicogramma integrale* è un grafico di questo quadrante. Il linguaggio di questo quadrante è il linguaggio dell'io: il rapporto della prima persona, della corrente interiore della consapevolezza. E' anche la sede dell'estetica o della bellezza che risiede nell'io dell'osservatore.

Il quadrante destro superiore rappresenta l'*oggettivo*, o i correlati esterni degli stati interiori della coscienza. Senza preoccuparci per il momento dell'esatta relazione tra mente interiore e cervello oggettivo, possiamo notare solamente che i due sono per lo meno intimamente collegati. Perciò possiamo vedere nella fig. 5, semplici cellule (procarioti ed eucarioti) che già mostrano "irritabilità" o attiva risposta a degli stimoli.

Il linguaggio di questo quadrante è il linguaggio del *Ciò*, egli, (it): terza persona o resoconti oggettivi dei fatti scientifici che riguardano l'organismo individuale. Ciò nondimeno, gli individui non esistono mai da soli; ogni essere è un essere nel mondo. Gli individui, sono sempre parte di una collettività, e c'è un *collettivo interiore* ed un *collettivo esteriore*. Questi sono indicati rispettivamente nel quadrante inferiore sinistro e inferiore destro. L'inferiore sinistro rappresenta l'interno del collettivo, o i valori, i significati, le visioni del mondo e l'etica che è condivisa da un gruppo di individui.

Il linguaggio di questo quadrante è il linguaggio del "*Noi*": è il quadrante culturale.

La cultura tuttavia, non è sospesa senza corpo nell'aria; proprio come la coscienza individuale è ancorata a forme materiali obiettive (come il cervello), così tutti i componenti della cultura sono ancorati in forme istituzionali esterne e materiali. Questi sistemi sociali includono istituzioni materiali, formazioni geopolitiche e forze produttive (che vanno dal raccoglitore, all'agricolo agrario industriale ed informatico). Poiché questi sono fenomeni oggettivi, il linguaggio di questo quadrante, come quello oggettivo individuale, è un linguaggio in "it" o "ciò". Dal momento che sia il destro superiore sia il destro inferiore sono espressi dal linguaggio del "ciò", essi possono essere considerati unitari in ambito generale, e ciò significa che i quattro quadranti possono essere riassunti nei "*Grandi Tre*" di *io*, *noi*, e *ciò*. Oppure: l'estetica dell'io, la morale del noi, e la scienza del "ciò". Il Bello, il Buono ed il Vero; la prima, seconda e terza persona: l'io, la cultura e la natura; l'arte, la morale e la scienza. In altre parole i quattro quadranti (o più semplicemente i grandi tre) sono il sostegno della moderna differenziazione delle sfere dei valori di arte, morale e scienza.

Perciò unendo queste tre dimensioni insieme ai maggiori livelli di esistenza (materia-corpo-mente-anima-spirito) si avrà un più genuino approccio integrale, olistico della realtà.

Dal 1995 ad oggi l'autore ha pubblicato altri sette libri raffinando ulteriormente l'applicazione del modello dei quattro quadranti a numerosi problemi contemporanei come per esempio la spiegazione del passaggio evolutivo, con tutte le sue implicazioni, tra l'era moderna e post-moderna. Gli argomenti trattati nei suoi lavori si riferiscono a: il rapporto tra spirito e tecnologia, ecologia del profondo, l'emancipazione femminile, l'apartheid, ecc..

Conclusioni

Un principale aspetto preso in considerazione sia dal movimento umanistico esistenziale sia dal movimento transpersonale è stato quello di aver esplorato ed individuato, con studi empirici e scientifici, la coscienza nella sua totalità, ed in particolare, aspetti di grande interesse quali: gli stati intersoggettivi, la spinta all'autorealizzazione, le meta-motivazioni come l'altruismo, l'amore e la compassione, l'impulso verso la trascendenza dell'io e la crescita spirituale, l'autenticità, la creatività, i valori, l'intuizione, le esperienze psichiche che trascendono lo spazio e il tempo e quelle di profonda consapevolezza sensoriale, fino alle esperienze mistiche e a quelle di risveglio (illuminazione). Un gran merito della Psicologia Transpersonale è quello di aver guardato anche oltre la soglia convenzionale della completa maturità psicologica, facendo proseguire lo sviluppo individuale oltre il livello della completa integrazione psico-sessuale espresso dalla forza dell'io ben differenziato e razionale e dalla capacità d'adattamento all'ambiente, indicando la possibilità, per un individuo psichicamente sano, di un'ulteriore espansione dell'io all'interno di una più alta ed ampia identità che integra processi precedentemente alienati.

Dal movimento di studio della coscienza umana in America si evidenzia il contributo di Ken Wilber alla psicologia transpersonale. Secondo Ken Wilber, lo scopo della crescita è l'attualizzazione di tutte le umane potenzialità nella coscienza individuale, che si manifesta nell'esperienza soggettiva dell'intenzionalità, nell'esperienza oggettiva del comportamento, nell'esperienza intersoggettiva della cultura e nell'esperienza interroggettiva delle istituzioni sociali

In *The Eye of Spirit* (1998) lo stesso autore classifica l'evoluzione del suo lavoro in quattro fasi: Wilber1/2/3/4. Di seguito saranno descritte – in modo semplificato e certamente non esaustivo – ognuno dei modelli spettrali di riferimento per ciascuna fase.

Ken Wilber 1: il periodo romantico

Ken Wilber 2: la Grande Catena dell'Essere compresa in termini di sviluppo

Ken Wilber 3: dalla Grande Catena dell'Essere alla Grande Olarchia dell'Essere

Ken Wilber 4: il modello olografico dei quattro quadranti.

La prima fase del suo lavoro è esposta nel libro *Lo Spettro della Coscienza* (1973) (Wilber1).

L'autore propone un quadro di riferimento teorico per una descrizione della coscienza umana integrando gli studi della moderna psicologia occidentale all'antica saggezza della filosofia orientale.

Utilizzando lo spettro come modello di descrizione della coscienza l'autore dimostra come i vari studiosi orientali e occidentali, utilizzando linguaggi, metodologie e logiche diverse, non fanno altro che "sintonizzarsi" su

vibrazioni differenti dello spettro della coscienza, proprio come i primi studiosi delle radiazioni si occupavano di differenti lunghezze d'onda dello spettro elettromagnetico.

Wilber afferma, inoltre, che l'idea dello Spettro della Coscienza deriva dall'analisi della *Filosofia Perenne* di Aldous Huxley. La *Filosofia Perenne* è una dottrina universale circa la natura dell'umanità e della realtà, che si fonda nel nucleo stesso delle principali tradizioni metafisiche. Accanto alla Filosofia Perenne esiste una *Psicologia Perenne*, cioè, una visione universale della coscienza umana che esprime in linguaggio psicologico le stesse comprensioni che sostiene la Filosofia Perenne.

D'accordo con il modello spettrale della coscienza, allo stesso modo che lo spettro elettromagnetico della fisica costituisce un'espressione mediante molteplici fasce o bande della stessa onda o fenomeno elettromagnetico, la personalità umana rappresenta una manifestazione *multistratificata* di un'unica coscienza.

I due libri che rappresentano la seconda fase del suo lavoro (Wilber 2) sono: *Atman Project: A transpersonal view of Human Development* (1980 Quest Books 1996) e *Up from Eden: A Transpersonal view of Human Evolution* (1981 Quest Books, 1996).

Ken Wilber propone il modello dello spettro della psiche racchiudendo i diciassette livelli nei tre grandi domini: **pre-personale**, **personale** e **transpersonale** includendo in quest'ultimo gli stadi del Bardo (da fonti del pensiero buddista specificamente *Il Libro Tibetano dei Morti*).

Nei due volumi citati Wilber sottolinea, inoltre, come il grande lavoro di ricerca della scienza occidentale sia stato indirizzato prevalentemente allo studio dei domini pre-personale e personale, mentre invece la psicospiritualità orientale lo abbia indirizzato verso i piani trans-personali (sottile-causale- non-duale).

Dalla descrizione - integrazione degli stadi di sviluppo - si giunge ad un'ulteriore rappresentazione definita **ciclo di vita**; a questo punto, per convenienza, tale rappresentazione (*ciclo di vita*) che procede dalla *sub-coscienza* (dominata da istinti, impulsi, id) alla *coscienza di sé* (egoico, concettuale, sintattica) alla *super coscienza* (trans-temporale, trans-personale, trascendentale) è ulteriormente suddivisa in **arco esterno** (dalla sub-coscienza alla coscienza) e **arco interno** (il passaggio dalla coscienza alla super-coscienza).

Dopo aver diviso il ciclo di vita in questi due "momenti", Wilber indica le molteplici patologie e le differenti metodologie psico-scientifiche appartenenti ad ogni stadio della crescita.

Per quanto riguarda i livelli dell'arco esterno Wilber si è avvalso delle teorie di noti ricercatori quali: Baldwin, Jung, Freud, Ferenczi, Erikson, Arieti, Loevinger, Piaget, Maslow; mentre per i livelli dell'arco interno propone il modello improntato ad una visione d'insieme attingendo dalle scuole mistiche d'Oriente e d'Occidente, dal Buddismo al Platonismo, da Eckart e Plotino in occidente a Shankara e Nagarjuna in oriente.

La pubblicazione di *Transformations of Consciousness: conventional and contemplative perspectives of development* insieme a J.Engler e D.P. Brown costituisce la terza fase dell'evoluzione del pensiero di Wilber (Wilber 3),

caratterizzato dalla distinzione delle diverse linee di sviluppo che attraversano i livelli del modello spettrale della coscienza che comprende quindi l'integrazione dei *livelli* o *onde* della Grande Catena dell'Essere con le varie *linee* o *correnti* di sviluppo in un sistema di ordine olarchico. (Figura 4)

L'autore indica con il termine *olarchia* la struttura di base dell'evoluzione della coscienza, consistente di un ordine *gerarchico* (di crescente capacità olistica) e di un ordine *eterarchico* (interazioni non gerarchiche tra elementi mutuamente equivalenti). Più semplicemente, la *gerarchia* ordina i livelli o dimensioni (corpo, mente, anima e spirito) e l'*eterarchia* ordina le correnti presenti ad ogni livello.

La relazione tra livelli è gerarchica, con ogni livello superiore che trascende ed include i precedenti, ma non viceversa (le molecole contengono atomi ma non viceversa, le cellule contengono molecole ma non viceversa, le frasi contengono parole ma non viceversa); e questo "non viceversa" stabilisce una gerarchia *asimmetrica di crescente capacità olistica*, e ciò significa semplicemente che il superiore abbraccia il precedente, ma non viceversa, cosicché il superiore è più olistico e ampio.(vedi fig.4)

La specificazione tra la *dimensione* o *stadio* e la *linea* o *corrente* spirituale di sviluppo attraverso i vari stadi dello spettro ci permette di avere nuovi punti di vista rispetto alla Grande Catena dell'Essere (e Wilber 2) che facevano risiedere l'esperienza spirituale o di picco esclusivamente ai domini transpersonali o sottili della coscienza, ma le stesse esperienze si possono avere praticamente a tutti gli stadi o onde dello sviluppo.

Il passaggio dal modello di Wilber 3 al successivo è stato caratterizzato da un lavoro svolto durante un periodo di quattro anni, terminato con la pubblicazione di *Sex, Ecology and Spirituality: the spirit of evolution* (1995 ed. Shambala) e *A Brief History of Everything* (1996 ed. Shambala).

Sex, Ecology and Spirituality, è stato considerato dai suoi critici come l'apice della maturità del pensiero di Wilber.

Quello che ci conduce forse alla generalizzazione orientante centrale della cosmologia di Wilber è: Tutto ciò che esiste consiste di **oloni**. Wilber ha mutuato il termine "*holon*" da Arthur Koestler (1969). Molto semplicemente, ogni cosa è simultaneamente una parte di qualcosa di più grande di sé (un tutto più alto), e un tutto di per se stessa, costituita a propria volta di parti più piccole. Oltre che consistere di una relazione parte-tutto

all'interno del proprio quadrante, ogni olone, dice Wilber, necessariamente partecipa di tutti i quadranti. Nulla esiste meramente come una realtà esteriore (o interiore), e nulla è sempre semplicemente un individuo (o un sistema). Tutti i sistemi consistono di parti individuali e tutti gli individui sono integrati in sistemi. E, naturalmente, tutti gli esteriori hanno degli interiori e viceversa.

Il modello dei quattro quadranti e l'*approccio integrale* o *olistico* rappresenta uno spazio evolutivo integrato nella coscienza nell'arco della crescita individuale, in relazione all'esperienza soggettiva-intenzionale, a quella intersoggettiva-culturale, a quella oggettiva-comportamentale e a quella interoggettiva-sociale.

- Il quadrante a sinistra in alto è relativo all'esperienza soggettiva-intenzionale studiata nella psicologia evolutiva.
- Il quadrante a destra in alto è relativo agli aspetti oggettivi del cervello e del comportamento studiati nella neurologia e nella psicologia cognitiva.
- Il quadrante a sinistra in basso è relativo agli aspetti collettivi che si manifestano nella cultura, studiati nella psicologia e nella antropologia culturale.
- Infine, il quadrante a destra in basso è relativo agli aspetti collettivi esteriori delle istituzioni sociali studiati nella sociologia.

Il grafico (fig.5) [**Tutti-i-quadranti-Tutti-i-Livelli**] -semplificando - può essere rappresentato anche così: per **colonna (interiore -esteriore)** e per **riga (individuale-collettivo)**

In verticale: **Interiore [Io e Noi-(quadranti 1 e 3)]** **Esteriore - ciò-**
(quadranti 2 e 4)

colonna di sinistra (quadranti 1 e 3) colonna di destra (quadranti 2 e 4)

In orizzontale: **Individuale** (quadranti 1 e 2) **Collettivo** (quadranti 3 e 4)

La nuova cartografia della coscienza, tracciata dal modello integrale di Ken Wilber, che propone l'uomo inclusivo di corpo, mente, anima e spirito, si traduce in modalità terapeutiche che, pur senza trascurare di riconoscere i conflitti dei livelli inferiori, per la cui risoluzione rimangono indispensabili i fondamenti-base della Psicologia Classica, si volgono allo sviluppo del potenziale umano, indicando vie per una più ampia comprensione del senso della vita e del cammino evolutivo.

Ritengo che durante la nostra epoca di post-modernità, ci possa essere il rischio di non sperimentare, proprio negandone l'utilità, quella profonda e radicata sensazione d'interiorità o in-dividualità che può essere colta solo quando si è in pace con se stessi.

Lo stato di coscienza in cui si manifesta l'ineffabile percezione non dualistica della realtà è uno stato di coscienza che non è afferrabile dal pensiero razionale, ma è sperimentabile passando attraverso l'autoindagine, agevolata dall'applicazione dei metodi di punta della terapia Transpersonale. Penso inoltre, come dimostra Wilber e molti altri, che invece questo periodo si possa proprio definire come un momento di fortissima *emergenza spirituale*, che proietta l'umanità verso una realizzazione futura di sé, una spiritualità che evita qualsiasi forma di regressione, d'assolutismo o di categorizzazione aprioristica, e che si fonda esclusivamente sulla coerente e autentica esperienza diretta. Una spiritualità che apre ai veri valori di compassione ed altruismo, che sappia condurre dentro e oltre i propri confini egocentrici di sicurezza ed accettazione. Una *Olarchia* basata sull'*includi e trascendi* piuttosto che sul *riduci e nega*; ciò è possibile se si guarda all'intera *Olarchia dell'Essere* come uno sviluppo di *parti/tutto*, *entro/ parti/ tutto*, *entro parti/tutto*, vale a dire *oloni*, *entro oloni*, *entro oloni*, *entro oloni ad infinitum*: quindi un **tutto** per quello che riguarda il proprio livello; e mantengono invece la loro parzialità, il proprio ruolo di parti, se inclusi ai livelli sia precedenti sia antecedenti (vedi schema dei "quattro quadranti").

Solo aprendo la nostra esperienza alla possibilità evidente dei domini trans-egoici, si può correre il rischio, secondo me, di dare una risposta definitiva al dubbio che per millenni ha animato la psiche dell'uomo, vale a dire, il rapporto tra l'umano ed il divino o materia e spirito.

BIBLIOGRAFIA

- A.I.P.T. *Il Transpersonale*: Notiziario dell'Associazione Italiana Psicologia Transpersonale, Roma Febbraio 1998
- ASSAGGIOLI Roberto: *Lo Sviluppo Transpersonale* Roma ed. Astrolabio 1988
- BOGGIO GILOT Laura: *Il Se' Transpersonale* Roma ed. Asram Vidya 1992
- BUHLER C.- ALLEN M.: *Introduzione alla Psicologia Umanistica* Roma, ed.Armando, 1976;
- FALZONI GALLERANI Filippo (A.R.A.T. Associazione Rebirthing ad Approccio Transpersonale) Articoli:
 - *Storia del Movimento Transpersonale* tradotto da: *The Journal Transpersonal Psychology*
 - *La Psicologia Transpersonale*
 - *Lo sviluppo della coscienza*
 - *Conferenza a Vicenza 1998-1999 al Gruppo Interdisciplinare di Ricerca sugli stati modificati di coscienza*
 - *La Psicologia Transpersonale ed il Rebirthing, Rebirthing e Respirazione Olotropica di Stanislav Grof*
 - *Brani di Maestri*, Charles T. Tart: *Coscienza - un approccio psicologico, transpersonale e parapsicologico*
 - *Gli Stadi della Meditazione*
- Traduzioni di alcuni brani di Ken Wilber tratti dalla raccolta delle sue Opere:
 - *Integral Psychology* (Shambala 2000)
 - *Eye of Spirit* (Shambala 1997)
 - *Up from Eden* (Shambala 1996)
 - *The Marriage of Sense and Soul* (Shambala 1998)
 - *Integrating Science and Religion*: tratto da: *The Marriage of Sense and Soul* (Shambala 1998)
 - *Considerazioni sulla New Age* tratto da: *One Taste* (Shambala 1999)
 - *A Brief History of Everything* (Shambala 1996);
 - *I Quadranti* tratto da: *Sex, Ecology and Spirituality* (Shambala 1995)
- FROMM Erich: *L'arte d'amare*, tr.it., Milano, Mondadori 1963
- GALIMBERTI Umberto: *Dizionario di Psicologia*, Torino, ed. UTET 1992
- GINSBERG Allen: *Diario Beat* (a cura di Gordon Ball), Newton 1977 (coll. Grandi tascabili economici)
- GRASSO Massimo, Lombardo Giovanni Pietro, Pinkus Lucio: *Psicologia Clinica*, Firenze, La Nuova Italia Scientifica, NIS 1988

- GROF Stanislav: *Il gioco cosmico della mente* Como, Edizioni RED. 2000
- HUXLEY Aldous: *Filosofia Perenne*, Milano, Mondadori 1959
- raccolti ed. editi da A. Jaffe : *JUNG Carl Gustav: Ricordi, sogni, riflessioni di C.G. Jung* , tr, it, Milano, B.U.R. 1988
- KEROUAC Jack: *Poesie Beat* (a cura di Carlo Alberto Corsi), Newton 1997 (coll. Grandi tascabili economici)
- KORCHIN J.Sheldon: *Psicologia Clinica Moderna*, vol.II, Roma, ed. Borla 1988
- LEGRENZI Paolo a cura di: *Storia della Psicologia*, Bologna, ed. Il Mulino 1982
- NISAGARDATTA Maharaji *IO sono Quello* trad. italiana, Roma, ed.Ubaldini 2001
- PIVANO Fernanda, *Dreamers*, ed. EDMAR, 1998 (coll.Marlboro Country Books)
Introduzione a: Sulla strada, Milano, Mondadori, 1959
- *L'altra America negli anni sessanta*, Roma, Arcana 1972
- (a cura di F. Pivano): *Allen Ginsberg, Jukebox all'idrogeno* Ugo Guanda Editore, 2001 (coll.ne Fenici tascabili);
- RONCO Albino: *Introduzione alla psicologia* Roma, ed. LAS, 1991
- TART CharlesT: *Stati di Coscienza*, tr. it, Roma, ed. Astrolabio 1977
- *Psicologie Transpersonali*, Latina, ed. Crisalide 1994
- VENTURINI Riccardo: *Coscienza e Cambiamento: una prospettiva Transpersonale*, Assisi ed. La Cittadella 1988
- WATTS W.Alan: *La via dello Zen*, Milano, ed. Feltrinelli 1991
- *Il Tao – La via dell'acqua che scorre*, Roma, ed. Astrolabio Ubaldini 1977
- *Il Significato della Felicità*, Roma, ed.Astrolabio Ubaldini 1975
- WILBER Ken, *Lo Spettro della Coscienza*, Latina, ed. Crisalide 1993
- *Grazia e Grinta*, Assisi, ed. La Cittadella 1995
- WILBER Ken, ENGLER Jack e BROWN Daniel: *Le trasformazioni della Coscienza. Psicologia Transpersonale e sviluppo umano*, ed. Roma, Astrolabio 1989
- *Oltre i confini*, Assisi, ed. La Cittadella 1995
- *Progetto Atman: una visione transpersonale dello sviluppo umano*, Latina, ed. Crisalide 2003