

Per uno sciamanesimo critico

Incontro-dibattito condotto da Tullio Carere-Comes

Bergamo, 5 maggio 2014

Abstract. Per gli sciamani il mondo visibile è solo una piccola porzione del mondo invisibile da cui proveniamo, al quale ritorniamo alla fine del nostro percorso terreno, e dal quale attingiamo le risorse indispensabili per orientare la nostra vita di tutti i giorni e risolvere ogni sorta di problemi. Per i moderni psicoanalisti il mondo invisibile è stato sostituito dall'inconscio, uno spazio da esplorare con strumenti interpretativi piuttosto che una dimensione cui affidarsi per ricavarne ispirazione e nutrimento. Una psicologia del sospetto ha preso il posto di una psicologia della fede. È possibile tuttavia vedere le due psicologie non in alternativa ma come due poli di una unità dialettica, entrambi necessari per una relazione vitale e consapevole con la matrice invisibile/inconscia della nostra esistenza.

Il mio interesse per il tema da cui prende avvio il tema di cui parleremo questa sera risale a molti decenni orsono, al tempo dei miei studi universitari. Collaboravo a una rivista che si chiamava *Libera critica*. Erano gli irrequieti anni Sessanta, e la libertà di criticare tutto e chiunque si ponesse come portatore di una verità qualsiasi era un'esigenza che si respirava nell'aria. D'altra parte, sentivo questa libertà di critica come necessaria, ma non sufficiente. Sentivo che lasciata a se stessa sarebbe diventata distruttiva, come effettivamente accadde negli anni che seguirono il '68. Occorreva qualcos'altro, qualcosa che sostituisse i vecchi valori che per noi erano finiti fuori corso. Era un'esigenza spirituale che non trovava più risposte nei dogmi e negli stanchi riti della religione. Avevo bisogno di una spiritualità laica, fondata sull'esperienza diretta e non su una fede e un credo. Trovai, o credetti di trovare una prima risposta nell'antroposofia di Rudolf Steiner, singolare figura di filosofo ed esoterista, nella cui opera sterminata mi immerse in parallelo con gli studi di medicina, sotto la guida di un medico steineriano. Oggi direi che Steiner è il primo sciamano che ho incontrato nella mia vita, perché in effetti dello sciamano aveva tutte le caratteristiche principali. Tornava dai suoi viaggi astrali raccontando storie meravigliose di angeli, demoni ed eventi soprannaturali di ogni sorta. Come un antico sciamano riuniva in sé tutte le scienze e tutte le arti: era medico, educatore, poeta, scultore, architetto, agronomo, filosofo, sociologo, antropologo, musicologo. Degli sciamani aveva la fervida fantasia, e conquistava gli animi non solo con le sue storie appassionanti, ma anche dimostrando che le cose che immaginava, per quanto inverosimili, messe in pratica sembravano funzionare davvero. Ancora oggi le sue indicazioni sono applicate nell'agricoltura biodinamica di cui è stato l'ispiratore, la medicina antroposofica ha un buon numero di

adepti e le scuole Waldorf, in cui si applicano i suoi principi pedagogici, sono ancora molto frequentate. Infine, degli sciamani aveva la caratteristica inconfondibile di non nutrire il minimo dubbio sulla realtà delle sue visioni. Descriveva quei mondi come un antropologo descriverebbe le culture esotiche che sta studiando, proprio come lo sciamano tradizionale crede che gli animali di potere e gli altri esseri spirituali che incontra esistano proprio nella forma in cui lui li vede. Da questa fede non disturbata dal dubbio, d'altra parte, gli sciamani traggono la forza e il potere delle loro visioni.

Per alcuni anni provai a sviluppare a mia volta la capacità di vedere ciò che il veggente vedeva. Steiner sosteneva che chiunque, con appropriati esercizi, avrebbe potuto farlo. Sfortunatamente io, per quanto mi applicassi, non riuscii a estendere in modo apprezzabile la mia capacità percettiva – né, d'altra parte, mi sembrava che ci riuscisse nessuno dei seguaci di Steiner che conobbi in quegli anni. Avevo l'impressione che tutto si basasse, in quel movimento, sulle rivelazioni copiosamente fornite dal maestro, ma che nessuno riusciva a verificare con esperienze di prima mano. Tutta la costruzione di Steiner era troppo esoterica, troppo incontrollabile e priva di autocritica per i miei gusti. Sicché già prima della laurea avevo rinunciato all'idea di diventare un medico steineriano e avevo spostato la mia attenzione dall'invisibile all'inconscio, una dimensione sempre misteriosa, ma che tutto sommato trovavo più accessibile. Non era necessario *percepirla*, bastava *interpretarla*. Così decisi di diventare psicoanalista, uno spazio dove le mie due anime, quella mistica e quella critica, riuscivano a convivere molto meglio.

La psicoanalisi¹ è un cammino di liberazione che ha notevoli punti di contatto con il buddhismo, che Freud ha conosciuto attraverso Schopenhauer. Per entrambi la verità fondamentale, la “prima nobile verità”, è il dolore: entrambi offrono una cura del male di vivere. La “seconda nobile verità” è che la causa fondamentale del dolore è l'ignoranza: l'illusione protegge dal dolore, ma nello stesso tempo lo mantiene. La “terza nobile verità” è che è possibile liberarsi dalla sofferenza che deriva da ignoranza e attaccamento alle illusioni. La “quarta nobile verità” consiste nel metodo utilizzato per raggiungere la liberazione – i metodi differiscono nelle due tradizioni, ma in entrambi i casi sono fondati sulla consapevolezza che dissolve l'ignoranza (per il buddhismo) o porta alla coscienza l'inconscio (per la psicoanalisi). Al di là delle differenze, queste due grandi tradizioni sono unite dalla profonda aspirazione umana a raggiungere la verità superando l'illusione in cui è immersa la coscienza ordinaria, accettando di pagare il prezzo di dolorosa disillusione in una prospettiva, per quanto inizialmente faticosa, di risveglio e liberazione. In questa visione del mondo, nelle sue diverse varianti, *la verità e la realtà sono nettamente contrapposte al sogno e all'illusione*. Tuttavia, già alcuni dei primi psicoanalisti, in particolare Jung e Adler, avevano visto nel sogno, e più in generale nell'inconscio, anche una funzione positiva, creativa e progettuale, al di là del serbatoio di desideri rimossi. L'inconscio per questi analisti non è semplicemente un luogo oscuro pieno di desideri proibiti da portare alla luce della coscienza, ma anche e soprattutto una matrice di impulsi vitali, generativi e risanativi. In epoca post-freudiana anche diversi analisti del campo freudiano, come Loewald e Bion, si sono avvicinati a questa concezione dell'inconscio (di Bion si diceva infatti che era uno sciamano). La psicoanalisi ha dunque riscoperto

¹ Questo paragrafo è tratto con modifiche da CDS, cap. 7, 2a ed, 2014.

qualcosa che era già noto sin dai tempi più antichi: esiste una dimensione, che gli psicoanalisti chiamano inconscio e gli sciamani regno degli spiriti, da cui provengono sia la malattia che la guarigione. Occorre imparare a muoversi in questa regione sia per disinnescare le cause della malattia, sia per attivare le forze di guarigione, cambiamento e crescita.

Chi, come noi, cerca una sintesi dialettica tra la psicologia della fede degli sciamani e quella del sospetto degli psicoanalisti, si trova di fronte a una serie di questioni. Per cominciare, quanto è seria per noi la motivazione al viaggio interiore? La maggior parte delle persone che iniziano un'analisi o una terapia lo fanno perché hanno un disturbo o un problema che sperano di risolvere nel modo più rapido e indolore possibile, senza cambiamenti sostanziali nella personalità o nello stile di vita. Solo una percentuale relativamente piccola di persone arriva al punto che è al centro di tutti gli insegnamenti sapienziali, e che si può esprimere così: l'uomo è un animale incompiuto, e tutti i suoi affanni derivano in un modo o nell'altro da questa incompletezza. Solo se questa verità esistenziale è colta può nascere l'impulso a iniziare quel *viaggio alla ricerca di sé che è il nucleo centrale del viaggio sciamanico*, o delle varianti che chiamiamo *cammino di risveglio, di liberazione, di realizzazione o di illuminazione*. Il candidato all'iniziazione sciamanica è di regola un soggetto portatore di qualche forma di disagio mentale. Analogamente i candidati alla professione di psicoanalista non devono essere troppo sani: i soggetti troppo normali sono detti "normopatici", persone che stanno troppo bene nella loro pelle per poter diventare dei buoni psicoanalisti. Bisogna partire dalla condizione di "paziente", un soggetto portatore di un pathos che inizialmente significa sofferenza, ma gradualmente deve trasformarsi in passione. Il paziente ordinario è in realtà *impaziente*, vuole raggiungere il suo obiettivo e lasciare la cura prima possibile. Ma il paziente destinato alla carriera di sciamano o psicoanalista deve essere doppiamente paziente: deve abbandonare ogni fretta per iniziare un cammino che durerà tutta la vita, e che a un certo punto diventerà *la cosa più importante* della sua vita.

E' un viaggio difficile e carico di insidie, ed è illusorio pensare di poterlo fare da soli. Occorre allora, anzi è di vitale importanza scegliere la compagnia giusta, cioè quella adatta ai nostri bisogni, inclinazioni e preferenze. Scanziani ha inventato il termine felice di *entronauti* per indicare quei navigatori dei mondi interiori alla ricerca delle risorse che mancano in quelli esteriori, e che sono necessarie all'animale incompiuto per procedere verso il suo compimento, verso quello stato di realizzazione o illuminazione che è *l'unico vero rimedio all'angoscia esistenziale che segnala la sua incompletezza* – quel vuoto che la coscienza ordinaria si illude di colmare con ogni sorta di attaccamenti esteriori: agli oggetti, all'immagine, alle sicurezze affettive, economiche, logistiche. Gli sciamani sono i primi entronauti, e ancora oggi i loro procedimenti sono in buona parte validi per molti viaggiatori. Tuttavia, per indicare un tipo di sciamanesimo più corrispondente alle esigenze dell'uomo contemporaneo credo che il termine coniato da Scanziani sia più felice. Quali caratteristiche deve dunque avere oggi, a nostro avviso, una *compagnia di entronauti*? Se dico che deve essere possibile farvi un lavoro esperienziale, dico una cosa ovvia. Anche in un corso di barca a vela bisogna salire su una barca. Ma esiste una via d'accesso privilegiata all'esperienza dei mondi interiori? Sì, esiste. Possiamo dirlo con sufficiente sicurezza perché su questo punto gli sciamani tradizionali e Freud sono

d'accordo. Il *sogno* è la via regia all'invisibile o all' inconscio. *L'entronauta deve imparare a sognare*. Vale a dire, deve imparare innanzitutto a ricordare i sogni notturni, poi a chiamarli, a interrogarli, a decifrare le risposte. Occorre imparare a entrare nel mondo dei sogni in modo sempre più consapevole, e poi sognare anche da svegli, ovvero attivare la *rêverie*, quello stato oniroide che dà accesso al *mondo immaginale*, il mondo in cui si aggirano sia gli spiriti degli sciamani che i fantasmi degli psicoanalisti.

Poi c'è la questione del lavoro. Per gli sciamani si tratta essenzialmente di contattare gli spiriti e dirgli che cosa ci si aspetta da loro. Fatto questo, per lo sciamano non c'è molto altro da fare. Il resto lo fanno gli spiriti. Per lo psicoanalista è diverso. Il sogno e la fantasia sono solo dei materiali elaborare. Se c'è una cosa su cui tutti gli psicoanalisti e psicoterapeuti sono d'accordo è l'alleanza di lavoro. Se manca questa non si va lontano. E alleanza di lavoro vuol dire diverse cose. Avere un obiettivo, un progetto per raggiungerlo, un metodo di lavoro. Ma soprattutto una relazione regolare, continuativa, affidabile, impegnativa. Cerchiamo di chiarire la questione della relazione di lavoro con riferimento a tre figure nodali: *lo sciamano, il guru, lo psicoanalista*. Se oggi lo sciamanesimo è ancora attuale, è perché qualcosa è andato perduto con le figure che gli sono succedute – essenzialmente l'accesso rapido e virtualmente alla portata di tutti al mondo immaginale, mediato da un "tecnico del sacro" che non è un essere semidivino come il guru, e nemmeno un professionista con la preparazione scientifica di un medico o di uno psicologo di regola richiesta come base per il training psicoanalitico. Anche una persona molto semplice, persino un analfabeta, può diventare uno sciamano, purché se ne senta chiamato e superi le prove iniziatiche previste in tutte le tradizioni sciamaniche. Questo è affascinante e liberatorio, a fronte delle pretese agguerrite da parte di diverse corporazioni professionali di avere l'esclusiva della cura dell'anima o del sé. Sono *due diverse logiche*, che possono certo integrarsi ma che non debbono essere confuse. Una è quella del tecnico della scienza moderna, medico o psicologo, attrezzato e abilitato per curare diverse forme di patologia con le procedure che la ricerca ha dimostrato efficaci per la cura di quei disturbi. L'altra è quella del tecnico del sacro, lo sciamano, che non cura direttamente i disturbi, ma si prende cura dell'anima. Anche se lo sciamano è un tecnico *sui generis*, perché la cura dell'anima non può mai essere una cura standardizzata o protocollare. Quindi lo sciamano è sì un tecnico del sacro, ma per lui la tecnica è o dovrebbe essere sempre subordinata a un processo, sempre unico e imprevedibile, di liberazione o illuminazione dell'anima.

La forza dello sciamano è nella sua fiducia assoluta di vivere in un mondo magico abitato da potenze che possono essere evocate e messe al servizio dei bisogni di guarigione o realizzazione degli esseri umani. *L'ingenuità della sua fede è la sua forza, ma anche la sua debolezza*. La rinuncia alla prudenza critica e autocritica lo espone a ogni forma di inganno e di autoinganno, pericolo che l'Oriente e l'Occidente hanno cercato di neutralizzare producendo due figure opposte: il guru e lo psicoanalista. Le tenebre dell'illusione debbono essere dissolte con la luce del maestro illuminato o con quella della conoscenza scientifica. Va da sé che anche l'illuminazione del maestro e la scienza dello psicoanalista possono essere a loro volta illusorie. Tuttavia non c'è dubbio che entrambi offrono qualche garanzia in più rispetto alla fede ingenua dello sciamano. La richiesta di resa completa che il guru rivolge al

discepolo è fondata su un argomento solido: la fonte di ogni autoinganno è l'ego, cioè il soggetto identificato con le sue operazioni mentali ed estremamente riluttante a uscire da questa identificazione, uscita che per lui è mortale: quella "morte dell'ego" che è la chiave di ogni cammino spirituale. Il discepolo si libera dall'ego affidandosi alla guida del guru, nell'attesa di trovare quella guida interiore che si suppone il guru abbia già trovato.

Lo psicoanalista offre una via diversa di liberazione dall'autoinganno, sulla linea del monito *conosci te stesso* che fonda il dialogo filosofico: un cammino di conoscenza che, prendendo le mosse dal socratico sapere di non sapere, mette in questione ogni presunto sapere, dunque tutti i saperi illusori su cui si regge la fragile identità dell'ego. Possiamo considerare la psicoanalisi, assieme alle forme di cura germogliate dal ceppo psicoanalitico, come la *versione contemporanea del dialogo filosofico*. È una via molto più accessibile all'uomo occidentale, che dopo l'Illuminismo non è più disposto ad affidare la propria vita alla guida di alcuna autorità spirituale che si presuma illuminata. Il dialogo apre uno spazio tra (*dià*) due interlocutori disposti a mettere in sospenso o in gioco i rispettivi saperi, uno spazio in cui il *logos* (la logica, la verità) del processo può rivelarsi. In questo modo *il logos sostituisce il guru nella guida del processo*. Va detto peraltro che Freud aveva due anime: una filosofica-dialogica, e l'altra scientifica-positivista. La scienza empirica, ai cui metodi Freud sperava di ricondurre la psicoanalisi, non ha nulla a che vedere con il logos: i suoi metodi sono diretti unicamente alla verifica sperimentale di ipotesi e teorie. E poiché Freud ha permesso alla sua anima scientifica di avere il sopravvento su quella filosofica, il risultato è stato che la *teoria psicoanalitica*, e in seguito una miriade di teorie psicoanalitiche, hanno occupato la maggior parte dello spazio che avrebbe dovuto restare libero per l'ascolto del logos. Di conseguenza, salvo rare eccezioni (ricordiamo in particolare quella di Bion, che con la sua ingiunzione di lavorare senza memoria e senza desiderio ha riaperto quello spazio) il lavoro analitico è stato ed è guidato dalle teorie dell'analista, piuttosto che dal logos del processo, cosa che ha spinto in secondo piano, o ha obliterato del tutto, *la psiche come anima, cioè come luogo della luce o verità originaria*, che era invece centrale nel lavoro sia dello sciamano che del guru. Il risultato è che in linea di massima lo psicoanalista tende a liberare l'uomo dalla nevrosi per consegnarlo alla "comune infelicità", come onestamente ebbe a riconoscere Freud, piuttosto che additargli la meta più ambiziosa che Nietzsche aveva ripreso da Pindaro: "Uomo, diventa ciò che sei".

Il riconoscimento dei meriti e dei limiti propri di *ciascuna* delle tre figure-guida per noi più rilevanti per il cammino evolutivo dell'uomo ci porta a tentare una sintesi dei fattori più significativi delle tre tradizioni. Dallo *sciamano* ereditiamo le pratiche di rêverie o immaginazione attiva che danno accesso al mondo immaginale, popolato da *intermediari* (*metaxù*, li chiamavano i Greci) come animali di potere, maestri, angeli o demoni che fungono da guida nei passaggi trasformativi o generativi del cammino interiore. Il mondo immaginale, con tutte le sue figure divine o semi-divine, è naturalmente molto frequentato in tutte le religioni, dove tuttavia queste figure sono tendenzialmente intese, non diversamente da quanto avviene nello sciamanesimo delle origini, come entità metafisiche realmente esistenti in qualche dimensione ultraterrena. Lo sciamanesimo critico si differenzia da quello ingenuo, come dal realismo metafisico delle religioni, per la *consapevolezza simbolica* grazie alla quale non perdiamo di vista il fatto che tali figure sono il prodotto della attività mitopoietica che produce le figure

del nostro immaginario personale, di quello indù in India, di quello cristiano in Occidente, e di tutte le altre culture di ogni tempo. Impariamo a costruire i nostri miti – o a utilizzare quelli offerti dalle diverse culture – come strumenti simbolici che facilitano il passaggio di energia e informazioni dal visibile all’invisibile, e viceversa, senza scambiarli idolatricamente per entità metafisicamente esistenti.

Dal *guru* prendiamo la centralità del messaggio che indica all’uomo la sua missione di illuminazione o realizzazione del suo vero sé, quell’*atman* in cui convergono il nucleo essenziale del sé e quello dell’intero universo. L’importanza di questa focalizzazione si coglie nel confronto con i mille rivoli in cui l’attenzione dello sciamano rischia di disperdersi nel mondo immaginale, o le mille teorie da cui l’attenzione dello psicoanalista rischia di essere condizionata. Il guru indica questa meta incarnandola, testimoniando con il suo stesso essere la possibilità di tale raggiungimento supremo. Nel mondo occidentale il *filosofo* ama la *sofia* come il guru ama la luce spirituale, ma a differenza di questo non crede di poterla incarnare, o di diventare uno con la sofia – in altre parole non crede nella possibilità di diventare compiutamente saggio, ma solo in quella di avvicinarsi alla saggezza per quanto glielo consentono i suoi limiti umani, prendendola piuttosto come la stella polare che orienta la sua navigazione. È un cammino incerto e mai concluso, in cui non si deve mai abbassare la guardia della coscienza critica. In questo viaggio il filosofo antico, ma sempre più anche quello moderno, fa uso di *esercizi spirituali* per rafforzare le capacità di determinazione, concentrazione e consapevolezza, non diversamente dal guru che raccomanda pratiche meditative analoghe ai suoi discepoli. È decisiva in entrambi i casi la *comunità* (*sangha*, per i buddisti) che si raccoglie intorno al maestro nella prospettiva orientale, e che ha in Occidente le caratteristiche di una rete di ricercatori, una sezione locale della grande rete della *filosofia perenne* che si estende in tutti i tempi e tutte le culture. Le nebbie dell’autoinganno e dell’illusione sono gradualmente dissolte dall’insegnamento del maestro in un caso, e dal lavoro permanente di correzione reciproca all’interno della rete di relazioni asimmetriche e simmetriche nella nostra prospettiva occidentale.

Ciò che caratterizza l’alleanza di lavoro, nella comunità filosofica della *philosophia perennis*, è l’*obiettivo prioritario* definito con termini come illuminazione, risveglio, liberazione, realizzazione, cosa che la distingue da ogni altra comunità che si organizza intorno a obiettivi di profilo più basso, più o meno legittimi. A questo obiettivo si lavora, oltre che con gli esercizi di tipo meditativo accennati sopra, anche e soprattutto nei modi con i quali il *genio di Freud* ha rivoluzionato la pratica millenaria della conoscenza di sé: *l’analisi del transfert e delle resistenze*. Ciò di cui è essenziale prendere coscienza è in primo luogo ciò che noi continuamente e inevitabilmente *trasferiamo* sulle nostre relazioni significative in termini di desideri, bisogni, paure, rancori e simili materiali del nostro mondo interno, e corrispettivamente le nostre risposte ai trasferimenti diretti a noi; e in secondo luogo i modi in cui *resistiamo* al cambiamento richiesto dal processo evolutivo, cercando di mantenere omeostaticamente l’assetto esistenziale cui siamo abituati e la cui messa in crisi ci fa mancare il terreno sotto i piedi. Per contrasto, nella comunità tradizionale è pressoché assente l’analisi del transfert idealizzante sulla propria guida e comunità, e rispettivamente demonizzante su guide e comunità concorrenti (con la conseguente impossibilità di risolverlo), come anche dei modi in cui tali transfert sono utilizzati per resistere al cambiamento, per sentirsi gli eletti del Signore e per alimentare le guerre di religione che da millenni

insanguinano il pianeta.

Come ci muoviamo in termini pratici nella direzione degli obiettivi che ho sommariamente descritto? Nella prospettiva della creazione della comunità o rete di ricercatori che in tutte le tradizioni è il terreno insostituibile della ricerca, lo strumento principale è per noi il seminario mensile che occupa un intero fine settimana, e che la nostra scuola propone per dieci mesi all'anno. Questi seminari ospitano anche (per coloro che sono interessati a utilizzare professionalmente le competenze acquisite nei seminari) un percorso formativo al counseling a un primo livello e all'analisi dialogico-dialettica al secondo. Abbiamo inoltre previsto un percorso diverso, con seminari a cadenza trimestrale, che chiameremo di *Entronautica Dià* (o *Dià-Nautica*), a carattere più esperienziale e sfronato da tutta una serie di approfondimenti necessari per aspiranti counselor o analisti, ma di cui l'apprendista sciamano può fare a meno². Infine, offriremo nell'ambito dei *Lunedì della Dià* una serata al mese di meditazione-riflessione riservata agli entronauti, e un'altra simile ma aperta anche a tutti coloro che sono interessati a qualsiasi titolo ad approfondire le tematiche relative al viaggio esistenziale.

² Anche qui per chi desidera far uso professionale delle competenze acquisite è previsto un diploma dopo due anni, previa discussione di una tesi e superamento di un esame.