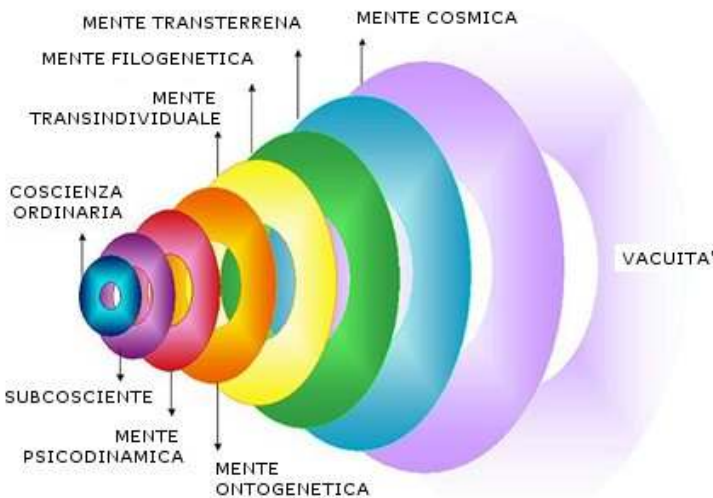


## 6. "La mente multidimensionale"



La nostra mente può sintonizzarsi su livelli di coscienza molto differenti tra loro, i più extra-ordinari sono stati sperimentati da sempre dai **mistici** e sono studiati oggi clinicamente dalla **psicologia transpersonale** (inizialmente con l'utilizzo di sostanze psicotrope, in seguito tramite tecniche naturali quali la **respirazione circolare**).

Grazie ad autori quali **Abraham Maslow, Charles Tart, Kenneth Ring, Ken Wilber, Carl Gustav Jung, Stanislav Grof**, ed altri ancora, abbiamo oggi un'accurata **cartografia dei livelli della mente**, Mente che nella sua accezione maggiore (come la intende il Buddhismo) corrisponde a **"tutto ciò che è"**, all'**Infinito-Continuo-Presente**, unità di spazio ed infinito, di tempo ed eternità.

La mente individuale non può appieno comprendere questo mistero (cioè che **la dualità è uguale all'unità** e che quindi, in ultima analisi, non esiste in sé stessa), poiché è sintonizzata sulla realtà polare, ma poco a poco può esperire altri livelli di coscienza grazie alla meditazione e alle tecniche transpersonali, risalendo così lungo lo **Spettro della Coscienza** (come definisce Ken Wilber la mappa della mente).

Questo spettro di livelli sequenziali nasce tramite una serie di fratture nella trama della Realtà Assoluta: la prima frattura - **Dualismo Primario** - è la separazione tra **soggetto e oggetto**, tra organismo e ambiente dallo stato di Mente Pura, la seconda frattura spezza il concetto di **Vita e Morte** (insieme costituiscono il **Livello Esistenziale**), la terza crea la separazione tra **Anima e Corpo - Psiche e Soma** (e segna l'emergere del **Livello Egoico**) e la quarta frattura avviene quando separiamo la Persona dall'Ombra (**Livello dell'Inconscio**). Ma tutto questo è comunque e sempre un'unità, solo l'ignoranza (l'**avidya** della **filosofia Vedanta**) ci impedisce di rendercene conto. Tra i vari livelli di frattura esistono delle "bande di frequenza" su cui si collocano le percezioni che abbiamo del mondo, ordinarie e non. Tra il 1°-2° livello e il 3° si collocano le **Bande Transpersonali** (che nel grafico sono rappresentate dai colori giallo, verde e azzurro: **Mente Transindividuale, Mente Filogenetica, Mente Transterrena**), queste bande sono la sede delle percezioni extrasensoriali e sono molto importanti poiché il loro studio clinico ci ha permesso di abbattere le limitazioni che avevamo attribuito alla realtà.

Nel passaggio dalla Coscienza Assoluta all'incoscienza (la cosiddetta **Caduta**) abbiamo una **morte per lo Spirito ed una nascita per l'Io**, il passaggio contrario (**Ritorno ed Illuminazione**) è invece una **morte dell'Io ed una rinascita per lo Spirito o Sé**, queste fasi di transizione - cosmogenetiche e antropogenetiche - sono simbolicamente rievocate nell'atto del parto e della nascita fisica; non a caso Stanislav Grof ha classificato **4 fasi perinatali (matrici)** a cui ricondurre tutte le possibili esperienze transpersonali.

Queste 4 fasi sono un po' come una mappa attraverso la quale verificare quale parte del processo di individuazione dell'Io non è stata ben integrata, per ricucire prima le trame delle subpersonalità e poi incamminarci verso il Vero Sé. Come lo stesso Grof afferma *"Le difficoltà della vita umana dipendono dal fatto che non abbiamo assimilato il trauma della nascita e la paura della morte. Siamo nati solo sul piano anatomico, ma non abbiamo integrato questo processo sul piano psicologico"*, concludere correttamente questo processo di nascita fisica ci potrà aiutare a ripercorrerlo all'inverso (verso la rinascita spirituale).

Vediamo sinteticamente le quattro fasi perinatali e i simboli ricorrenti nei sogni delle persone che sono bloccate in uno o nell'altra.

**Prima matrice perinatale** "Unione originaria con la madre" (Archetipo di **Nettuno**)

**Situazione perinatale:** vita intrauterina.

**Esperienze transpersonali:** immagini di pericoli connessi alla nocività dell'ambiente (**corsi d'acqua, oceani e laghi contaminati, terra contaminata da residui tossici, deserti e lande desolate**), immagini di catastrofi universali di tipo **apocalittico**; in positivo esperienze di **assenza di limiti e di ostacoli**, identificazione con forme di vite acquatiche, con l'oceano, con lo **spazio interstellare**, sensazione di **trascendenza di tempo e spazio**, sentimenti di **unione con il cosmo** intero, visione di **paradisi di culture diverse**, di luoghi bellissimi, pieni di fiori e frutti, di **ori e pietre preziose**.

**Seconda matrice perinatale** "Nessuna via di uscita" (Archetipo di **Saturno**)

**Situazione perinatale:** prima fase clinica del parto, iniziano alterazioni di tipo chimico e contrazioni meccaniche dell'utero.

**Esperienze transpersonali** mostri terrificanti (**draghi, pitoni, tarantole, piovre**) che vogliono inghiottire o afferrare la persona, identificazione con **prigionieri rinchiusi in spazi sotterranei**, con **vittime dell'inquisizione**, con **detenuti in campo di concentramento** o con **pazienti nei manicomi**, fino all'identificazione con l'**agonia del Cristo sulla croce** o di personaggi che rappresentano la **dannazione eterna** (l'Ebreo Errante o l'Olandese Volante). **Discesa nel mondo sotterraneo**, nel **regno della morte o all'inferno**, vagare all'interno di **grotte e labirinti**.

**Terza matrice perinatale** "Lotta fra morte-rinascita" (Archetipo di **Plutone**)

**Situazione perinatale:** discesa nel canale del parto.

**Esperienze transpersonali:** miti di **vita e morte**, di **eros e tanatos**, **lotte titaniche**, **imprese eroiche**, **eruzioni di vulcani**, **tornadi**, **terremoti**, scene cruente di **guerra e di rivoluzioni**, scene di **disastri e catastrofi imminenti**, visioni di **città in fiamme**, scene di **caccia o lotte di gladiatori**, visualizzazione di **riti che implicano sacrifici**, rappresentazioni del **Purgatorio**, del **Giudizio Universale**.

**Quarta matrice perinatale** "L'esperienza di morte e rinascita" (Archetipo di **Urano**)

**Situazione perinatale:** fase finale del parto, nascita vera e propria.

**Esperienze transpersonali:** **apocalisse e fine del mondo**, oppure - sopravvissuti all'annichilimento totale - percezione di essere inondati dalla **beatitudine celeste**, da straordinari **arcobaleni**, **piume di pavone**, **scene celestiali** e immagini di **esseri archetipici immersi nella luce divina**, incontriamo la **Grande Madre**, sperimentiamo la **resurrezione della Fenice dalle ceneri**.

Per approfondire: **"Lo Spettro della Coscienza"** di Ken Wilber - Ed. Crisalide  
**"Psicologia del Futuro"** di Stanislav Grof - Ed. RED