

ISTITUTO FRANCO GRANONE

C.I.I.C.S.

CENTRO ITALIANO DI IPNOSI CLINICO-SPERIMENTALE

Fondatore: Prof. Franco Granone

CORSO BASE DI IPNOSI CLINICA E COMUNICAZIONE IPNOTICA

Anno 2015

**La PNEI e il pensiero della fisica quantistica:
quali riferimenti per l'ipnosi**

Candidato

Denise Giraudo

Relatore

Dr.ssa Nunzia Giordano

INDICE

- Pag. 4 - Prefazione e ringraziamenti
- Pag. 5 - La PNEI e il pensiero della Fisica quantistica
- Quali riferimenti per l'Ipnosi
- Pag. 6 - Che cosa e' la fisica quantistica e il principio Quantico
- Pag. 7/9 - Entaglement "Intreccio", EPR
- Pag. 10/14 - Esperimenti scientifici della difesa USA
- Esperimento Einstein Podolsky Rosen
- Fenomeni paranormali o fisica quantistica.
- Pag. 14/15 - Esperimento della doppia fenditura.
- Esperimenti NASA/CIA
- Pag. 16 - Unione mente corpo
- Pag. 17 - Cervello neocorticale limbico, e rettiliano
- Pag. 18 - L'intelligenza del cuore
- Pag. 19/21 - PNEI
- Pag. 22/24 - Neurofisica mappa mentale peptidi nucleo
- Emozioni - cambiamento
- Pag. 25/29 - Cenni storici sull'ipnosi
- Pag. 30/32 - La nascita dell'ipnosi
- Pag. 33/35 - Dall'ipnosi alla psicoterapia
- Pag. 36/37 - I bisogni: modificare , apprendere, percezioni, cambiamento

Pag. 37/38 - Fenomeno plastico immagine, performance,
fiducia

pag. 39/40 - L'ipnosi secondo Franco Granone
obbiettivi, creare spazio, riempire, rimanere nel flusso

pag. 41/42 - Applicazioni dell'ipnosi
- Ipnosi e scienza

pag. 43/44 - Nikola Tesla (ingegnere e fisico)

pag. 45 - Conclusioni

pag. 46/47 - Bibliografia

PREFAZIONE

La struttura di fondo che mi ha orientato alla scelta di un tema complesso come la Fisica Quantistica nasce da un semplice desiderio di conoscenza, in un ambito dove il profondo rispetto che nutro per i grandi studiosi che hanno saputo approfondire e conoscere implicazioni di così complessa comprensione permettendo a noi comuni mortali di avvicinarci con molta discrezione ad argomenti di tale Elevatura.

La fisica quantistica si addentra in un nodo critico degli studi relativi a concetti di pura Fisica con possibili intenti di riconoscerne la possibile

collocazione, in un ambito di potenziamento nell'applicazione dello sconfinato mondo della mente umana.

Il potere della mente non ha ancora raggiunto la completa espressione delle incredibili potenzialità che possiede, la forza delle leggi fisiche ed il potere della mente potranno un giorno avvalersi di un concreto potenziamento con riscontri quantificabili? Io spero di Sì....

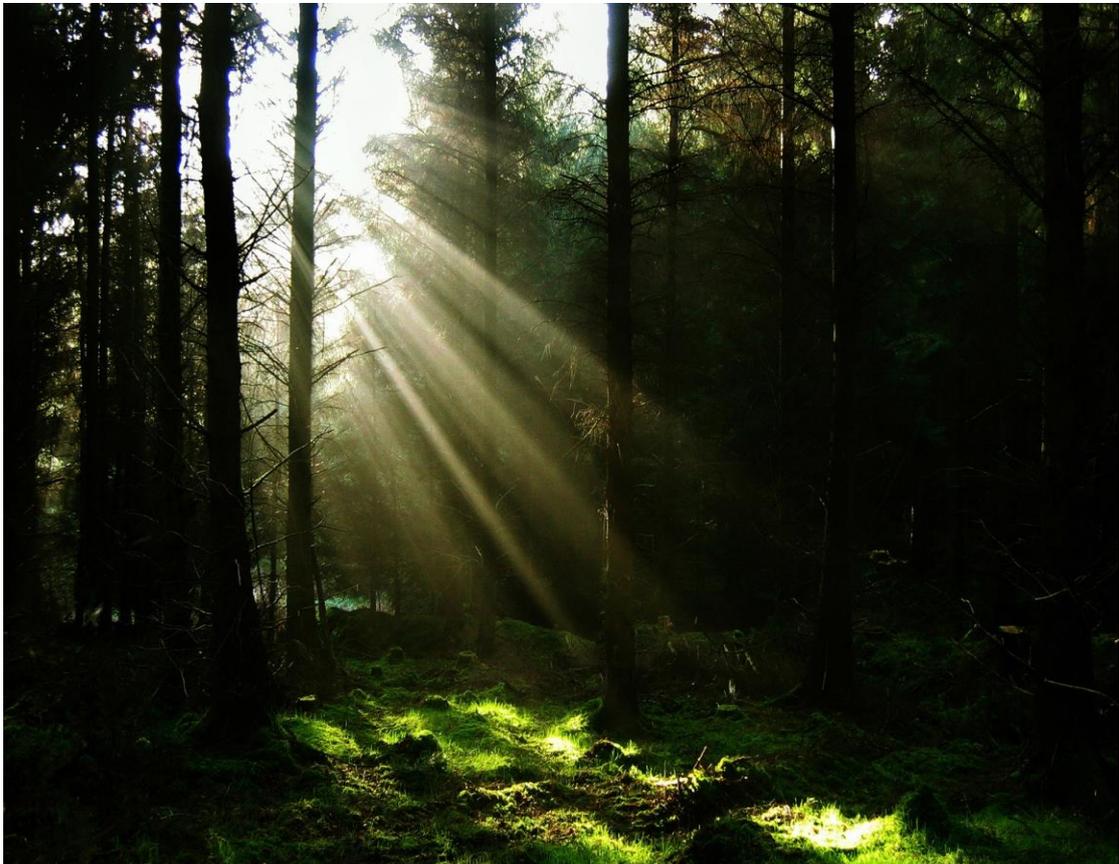
RINGRAZIAMENTI

Desidero ringraziare La dr.ssa Nunzia Giordano come mia Relatrice.

Il Dr. Antonio Lapenta Presidente CIICS e tutti i docenti.

Grazie a tutti per la possibilità di Crescere e Cambiare

“La PNEI E IL PENSIERO DELLA FISICA QUANTISTICA” QUALI RIFERIMENTI PER L’IPNOSI”.



**... Se esistono luoghi oscuri, dove la non conoscenza crea zone d’ombra vi e’
sempre un raggio di luce che può avere accesso allo sconfinato mondo della mente
umana ... attraverso l’ipnosi clinica e la comunicazione ipnotica.**

IL POTERE DELLA FISICA QUANTISTICA

Cos'è la fisica quantistica?

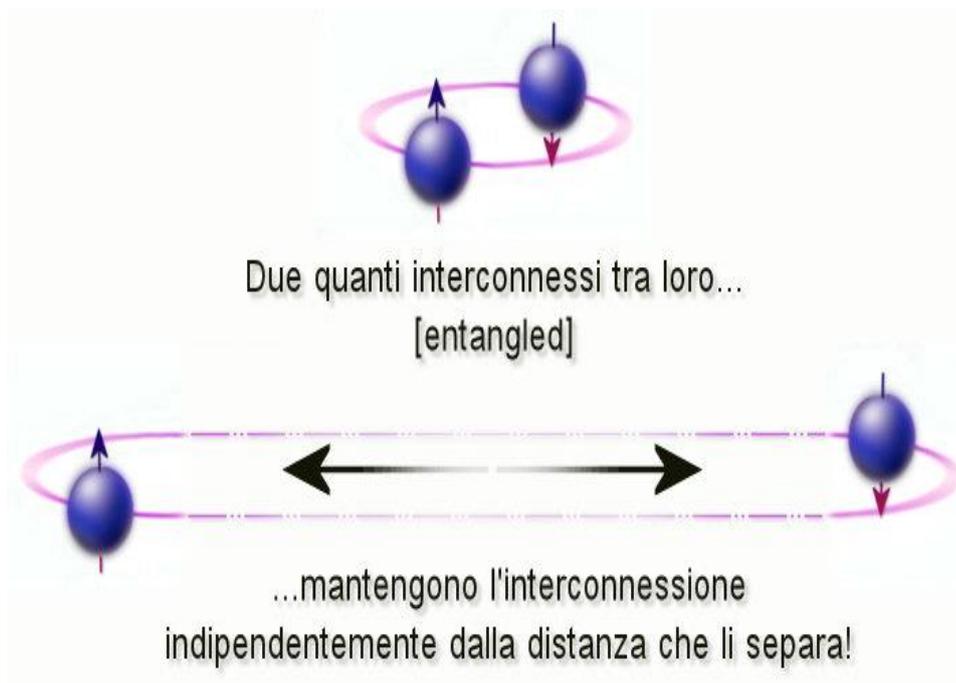
È il principio fisico secondo cui:

“Se due sistemi (o quanti) interagiscono tra di loro per un certo periodo di tempo e poi vengono allontanati, non possono più essere descritti come un unico sistema individuale. Ma quello che accade ai due sistemi è che uno di loro continua ad influenzare l'altro, anche se distanti chilometri luce”

Nel 1964 il fisico John S. Bell postula un teorema secondo il quale le particelle subatomiche sono collegate le une alle altre: anche a grandi distanze scambiano tra di loro informazioni.

David Bohm, professore di fisica teorica a Londra, ipotizza che l'universo sia una totalità interconnessa. Il ruolo dell'osservatore influenzerebbe inoltre in modo determinante quanto osservato.

RAPPRESENTAZIONE FISICA DEL PRINCIPIO QUANTICO



ENTANGLEMENT “INTRECCIO”

È il mistero che faceva perdere il sonno ai padri della meccanica quantistica, da Niels Bohr ad Albert Einstein. A quest'ultimo l'idea non piaceva affatto, e anzi fu il primo a sollevarla per dimostrare l'infondatezza della fisica dei quanti per spiegare la vera natura della realtà. Ma alla fine le prove sperimentali gli diedero torto. È l'entanglement, termine che sta per “intreccio” e che rappresenta il paradosso più difficile da accettare della teoria dei quanti, poiché implica un'azione “fantasmatica” a distanza, cioè senza nessuna intermediazione, violando anche il principio per cui nessuna informazione può superare la velocità della luce. Fu proprio Einstein a usare quelle irridenti parole – “azione fantasmatica a distanza” – ormai entrate nella storia per definire l'entanglement. Ma negli anni '80 il fenomeno fu per la prima volta dimostrato sperimentalmente e pochi giorni fa Anton Zeilinger, il guru del teletrasporto quantistico, ne ha data una nuova inoppugnabile dimostrazione.

L'esperimento mentale di Einstein

EPR

Nel 1935, prima sulla rivista “Physical Review” e poi con un articolo sul “New York Times” destinato al grande pubblico, venne annunciato il cosiddetto paradosso EPR.

Le tre lettere erano le iniziali di Einstein, Boris Podolsky e Nathan Rosen, due fisici più giovani del padre della relatività che iniziarono a collaborare con lui al MIT per dimostrare l'infondatezza della teoria dei quanti così come fino ad allora formalizzata. Il paradosso proposto era un esperimento mentale del tipo di quelli elaborati da Einstein a più riprese nel corso della sua carriera. L'idea è semplice: se due particelle, poniamo due fotoni, chiamati A e B, dopo aver interagito per un istante si allontanano in direzioni opposte, ciascuna conserverà una parte del moto totale delle due particelle. La quantità di moto, secondo le leggi della fisica, viene cioè “divisa” tra i due fotoni. E fin qui tutto bene. Ora, se lo sperimentatore osserva il fotone A e calcola la sua quantità di moto, riuscirà a ricostruire facilmente la quantità di moto di B. Niente di straordinario: l'esempio classico è quello per cui usciamo di casa con un solo guanto e notiamo che è quello destro, per cui sappiamo automaticamente che abbiamo lasciato a casa il sinistro.

Ma nel mondo dei quanti le cose non sono così semplici. Il guanto sinistro è sempre quello, sia che lo portiate con voi sia che resti a casa lontano dai vostri occhi. Viceversa, le particelle quantistiche non hanno una loro identità finché non si compie una loro osservazione. Applicando il concetto al mondo macroscopico, quello che sperimentiamo tutti i giorni, è come se il guanto sinistro lasciato a casa restasse in uno stato di indeterminazione sulla sua effettiva identità – guanto destro o guanto sinistro? – finché voi non osservate che quello che avete in tasca è il guanto destro, e quindi quello che è rimasto nel cassetto non può che essere il sinistro. Se tutto ciò è già di per sé sconvolgente, la cosa assume i toni della pura fantascienza nel momento in cui la meccanica quantistica non impedisce che questo fenomeno tecnicamente definito “collasso della funzione d’onda” (il momento in cui il vostro guanto “diventa” sinistro perché voi avete quello destro) avvenga istantaneamente a velocità superluminali. Ritornando al paradosso EPR, se lo sperimentatore misura la quantità di moto del fotone A, istantaneamente da qualsiasi altra parte dell’universo si trovi il fotone B – anche lontano molti anni-luce – la sua funzione d’onda collassa e assume la quantità di moto prevista, mentre prima dell’osservazione del fotone A si trovava in uno stato di totale indeterminazione.

La conferma dell'entanglement

Era chiaro che Einstein aveva trovato una crepa nella teoria dei quanti. Se si accettava la teoria, si doveva accettare il paradosso EPR e quindi anche un principio di non-località, ossia il fatto incontrovertibile che l’entanglement, la “relazione” tra le particelle quantistiche, si mantiene a prescindere dalla distanza nello spazio e al di là della limitazione relativistica della velocità della luce. Dopo il fallimento di alcuni tentativi di dimostrare l’infondatezza del paradosso, i fisici dei quanti decisero di non pensarci più. Einstein o meno, la meccanica quantistica funzionava davvero, e ciò bastava alla scienza: domande di natura filosofica vennero messe da parte negli anni della guerra e in quelli della Guerra fredda, in cui i fisici divennero ingranaggi della grande macchina della Difesa contro la minaccia nucleare sovietica.

Ma le cose cambiarono nei decenni successivi. Stimolato dalle ricerche teoriche di John Bell negli anni '60 sulla coerenza del fenomeno dell'entanglement, il fisico sperimentalista francese Alain Aspect nel 1982 riuscì per la prima volta a realizzare quello che per Einstein era un semplice esperimento mentale. Si dimostrò incontrovertibilmente che l'entanglement era reale, e che per quanto paradossale fosse il fenomeno esso era pur tuttavia concreto. In quegli anni, molti fisici cominciarono a chiedersi quello che probabilmente anche il lettore ora si starà chiedendo: sarebbe possibile utilizzare l'entanglement per comunicare a distanze enormi superando il limite della velocità della luce? Successivi esperimenti e analisi teoriche hanno portato a rispondere negativamente alla domanda, poiché non sembra possibile poter controllare il processo di entanglement: lo sperimentatore può solo osservare e misurare una grandezza di una particella, ma i limiti della meccanica quantistica impediscono che la possa manipolare per modificare l'esito del collasso della funzione d'onda nella particella entangled.

Qualcosa però si può fare: il teletrasporto. Non quello di Star Trek, purtroppo, ma solo quello di singoli fotoni che, come è noto, non possiedono massa. È possibile cioè utilizzare l'entanglement per "copiare" alcune proprietà di un fotone A – come il suo spin – e trasferirle a un fotone B distante nello spazio. È da qui che il gruppo di ricerca dell'austriaco Anton Zeilinger ha mosso i primi passi in un settore del tutto nuovo, confermato da continui esperimenti di frontiera, l'ultimo pochi giorni fa, che secondo lo scienziato potrebbe aprire la strada all'applicazione del fenomeno dell'entanglement anche a sistemi macroscopici, ossia a oggetti del mondo quotidiano.

Esperimenti scientifici

Dipartimento della Difesa statunitense :

1. Estrazione cellule del tessuto mucoso
2. Esperimento Einstein-Podolsky-Rosen

In passato quasi tutti i fenomeni energetici erano attribuiti agli dèi o a qualche spirito maligno. Durante l'Illuminismo e il Rinascimento cominciammo a capire più a fondo e più accuratamente in che modo funzionavano realmente le cose, elaborando teorie adatte a descrivere i fenomeni.

Scienziati quali **Copernico, Keplero e Galileo** posero delle sfide alle precedenti visioni del mondo in termini di astronomia e di orbite celesti, portando alla luce nuove informazioni, in particolare riguardo al fatto che i pianeti, inclusa la Terra, orbitano intorno al Sole, al contrario della precedente teoria secondo la quale tutto ruotava intorno alla Terra. Newton diede ulteriore impulso all'illuminismo scientifico con la sua ben nota teoria sulla forza di gravità, che scoprì (così si racconta) quando fu colpito alla testa da una mela caduta dall'albero. Inoltre, sviluppò il calcolo infinitesimale e le tre leggi del moto. Queste teorie funzionavano tutte abbastanza bene, per quanto se ne sapeva all'epoca. Tuttavia, si sapeva anche che c'erano parecchie cose che esse non erano in grado di spiegare.

Quando Albert Einstein, uno degli scienziati più brillanti mai vissuti, dimostrò che $E=mc^2$, il mondo scientifico fu proiettato in un nuovo paradigma, tale da corrispondere molto meglio a ciò che si verificava nell'universo.

La scienza ha fatto un salto quantico grazie a questa conoscenza. Oggi abbiamo iniziato a utilizzare l'energia secondo modalità che da ragazzo io leggevo sui fumetti degli "eroi pulp". Ricordo Dick Tracey che parlava al suo socio per mezzo del suo dispositivo da polso dotato di video bidirezionale, e oggi abbiamo cellulari altrettanto piccoli. Si potrebbero letteralmente portare al polso, se andasse di moda. E che dire poi degli uomini che andavano sulla luna: che idea fantasiosa! Ma poi l'abbiamo fatto. Non ho alcun dubbio che

un giorno avremo un Tricoder¹ come quello che usava il medico di bordo di Star Trek e che saremo perfino capaci di teletrasportare la gente da un luogo all'altro servendoci dei campi di energia.

Una questione di fisica quantistica

Come può accadere tutto questo? **Si chiama fisica quantistica.**

La fisica quantistica è molto difficile da spiegare, ma consentitemi di citarvi alcuni esempi desunti da esperimenti svolti dal Dipartimento della Difesa statunitense.

Nel 1998 hanno prelevato alcune cellule dal palato di un soggetto e le hanno poste all'interno di una provetta. Hanno collegato la provetta a una macchina della verità, o poligrafo. Poi hanno collegato il soggetto a un poligrafo, ma collocandolo in una zona totalmente diversa dell'edificio. Hanno fatto guardare al soggetto diversi tipi di programmi televisivi. Alcuni presentavano immagini di pace e tranquillità, mentre altri erano violenti ed emozionanti. Hanno scoperto che **le cellule del soggetto registravano la medesima attività esattamente nello stesso momento in cui la rilevava il soggetto stesso.** Quando il soggetto guardava i programmi calmi e rilassanti, la risposta fisiologica sia dell'individuo che delle cellule si calmava. Quando si passava ai materiali stimolanti, sia il soggetto che le sue cellule mostravano segni di eccitazione. **Gli sperimentatori poi allontanarono sempre di più il soggetto dalle sue cellule, fino a mettere fra loro una distanza di circa ottanta chilometri. Erano trascorsi cinque giorni da quando le cellule erano state prelevate dal palato del soggetto, e stavano ancora registrando esattamente la medesima attività, proprio all'unisono col soggetto.**

Un altro esperimento dagli effetti molto simili, ma da un soggetto all'altro anziché fra un soggetto e le sue cellule, prese il nome di **esperimento Einstein-Podolsky-Rosen.**

In questo studio fondamentale, gli sperimentatori hanno preso due soggetti che non si conoscevano, hanno concesso loro alcuni minuti per sviluppare una conoscenza superficiale e poi li hanno separati di circa quindici metri, mettendoli ciascuno all'interno di una "gabbia di Faraday" (una gabbia elettromagnetica).

La "gabbia di Faraday" è progettata per impedire l'ingresso o l'uscita di frequenze radio e altri segnali. Per esempio, potreste disporre un'antenna di trasmissione FM in una gabbia di Faraday e da una distanza di quindici metri non riuscireste a sintonizzare la vostra radio su tali frequenze né a riceverle, perché la gabbia è molto efficace nel bloccare le frequenze.

In breve, la "gabbia di Faraday" blocca l'energia normale, ma consente il flusso di energia quantistica. Una volta messi i due soggetti all'interno della gabbia, li hanno collegati a un elettroencefalografo (EEG), una macchina che controlla l'attività neurologica. Hanno poi proiettato un fascio di luce proveniente da una penna luminosa negli occhi del primo soggetto, ma non in quelli del secondo. Puntare un fascio di luce negli occhi di qualcuno in questo modo causa un'attività neurologica misurabile e un restringimento visibile della pupilla. **Nell'attimo in cui l'hanno fatto, l'attività neurologica di entrambi i soggetti ha riflesso la stessa attività elettroencefalografica e lo stesso restringimento della pupilla.** Hanno cambiato i soggetti e li hanno posti a distanze sempre maggiori fra loro, ottenendo ogni volta il medesimo risultato.

Fenomeni paranormali o fisica quantistica?

Le conclusioni a cui è pervenuto il suddetto studio **stabiliscono che a livello inconscio si verifica un costante trasferimento di informazioni da persona a persona, fra individui con cui abbiamo anche solo un collegamento superficiale.**

Per la prima volta questo spiega centinaia di esempi riconosciuti di quella che per decenni era sembrata un'attività paranormale.

Un esempio: una madre sta pranzando con un amico a New York City e alle 12.15 alza lo sguardo dal suo piatto di insalata con una espressione terrorizzata e dice all'amico: «È successo qualcosa a Jane... Devo telefonare a Jane». La donna si alza immediatamente e chiama la California, nel tentativo di reperire sua figlia Jane. Scopre che alle 12.15 esatte Jane è rimasta coinvolta in un incidente d'auto e che è scossa, ma sta bene.

Da ragazzo ebbi modo di conoscere direttamente uno di questi eventi. Il nome del mio migliore amico era John. I suoi genitori, Marina e George, si erano assentati brevemente per recarsi a Fairfield Glade, a circa un'ora e mezza di viaggio, per prendersi una breve pausa, e avevano lasciato John sotto la custodia di Tina, la sorella maggiore. Giunti circa a metà strada, la madre di John aveva detto al marito: «Dobbiamo tornare subito a casa. Johnny è nei guai». Arrivati a casa poco dopo, trovarono John con la testa incastrata fra le sbarre della ringhiera, mentre sua sorella stava ascoltando musica con gli auricolari, incapace di udire le urla di John. Il bambino stava bene, ma era impaurito. Allora, come aveva fatto Marina a sapere che John stava male e che era in pericolo?

Per molti decenni l'abbiamo attribuito all'ESP o a vari altri fenomeni di tipo paranormale. Oggi, però, **sappiamo, grazie all'esperimento Einstein-Podolsky-Rosen, che si trattava semplicemente di un solido insieme di leggi naturali, conosciute sotto il nome di fisica quantistica.** Nel caso di Jane e di sua madre e in quello del mio migliore amico John, il trasferimento inconscio di informazioni era semplicemente affiorato al pensiero conscio delle persone coinvolte. Sebbene raro, questo fenomeno è ben lontano dall'essere sconosciuto. Infatti, un numero crescente di persone sta scoprendo modalità di accesso a queste informazioni inconse attraverso l'utilizzo a fini di guarigione della fisica quantistica.

Questo solleva il tema del misticismo, perché presi al di fuori della spiegazione che ne dà la fisica quantistica, questi esperimenti scientifici potrebbero presentare una parvenza mistica. Il più delle volte ciò che in passato si definiva "mistico" rappresenta semplicemente un indice che qualcuno ha imparato a usare le funzioni naturali della fisica quantistica ai fini di una particolare applicazione. Oppure, come nel caso che precede, si

tratta di qualcosa che succede per caso. Esistono persone capaci di piegare gli oggetti di metallo o di spostare oggetti con la mente; o che sembrano essere al corrente di cose che non potrebbero in alcun modo conoscere. Diciamo pure che di sicuro là fuori esistono dei maghi, ma non fanno ricorso alla fisica quantistica, usano piuttosto l'inganno o l'illusione. Non è di questo che stiamo parlando.

La verità è semplicemente che prima di oggi non si era compreso come il fenomeno potesse accadere. Ma **cominciando a comprendere la fisica quantistica, si acquisisce una visione della reale dinamica di accadimento di questi fenomeni.** Infatti, una delle teorie di riferimento della fisica quantistica recita che, data una sufficiente opportunità, virtualmente nulla è impossibile. Quindi, ciò che era stato considerato mistico non lo è affatto, bensì è semplicemente fisica quantistica che non avevamo compreso perché avevamo seguito le teorie di Newton.

Un mutamento di paradigma molto atteso

Dobbiamo temere la fisica quantistica? Niente affatto. **Si riferisce al modo in cui l'universo funziona e ha sempre funzionato. Semplicemente, noi prima non l'avevamo capito.** Come leggerete nelle pagine del mio libro, **la comprensione della fisica quantistica sta aprendo le porte alle maggiori scoperte mai viste prima nel campo della guarigione e della salute.**

8 Studi scientifici che provano che la coscienza può alterare la realtà

1. L'ESPERIMENTO DELLA DOPPIA FENDITURA QUANTICA

L'esperimento della doppia fenditura quantica è un perfetto esempio di come la coscienza e il mondo materiale sono interconnessi. Una potenziale rivelazione di questa esperienza è che "l'osservatore crea la realtà". Un articolo pubblicato sulla rivista *Physics Essays* spiega

come questo esperimento sia stato utilizzato in svariate occasioni per esplorare il ruolo della coscienza nel formare la realtà fisica.

In questo esperimento, un sistema ottico a doppia fenditura veniva usato per testare il ruolo della coscienza nel collasso della funzione ondulare quantica. Quando un osservatore guarda passare un fotone attraverso una fenditura in una barriera, essa si comporta come un proiettile, passando solo attraverso una delle due fenditure. Quando invece nessuno guarda l'esperimento, lo stesso fotone si comporta come un'onda, passando attraverso entrambe le fenditure contemporaneamente.

Questo, in parole povere, significa che la materia si comporta diversamente a seconda di chi la osserva. Siamo noi che diciamo al fotone come comportarsi, e siamo noi che determiniamo il risultato dell'esperimento. È l'osservatore che crea la realtà. Grazie alla fisica quantistica, la fisica tradizionale è costretta ad ammettere che l'universo potrebbe non essere altro che un costrutto 'mentale'.

Il fisico Sir James Jean ha scritto: "Le recenti scoperte vanno tutte nella direzione di una realtà non-meccanica." L'universo comincia a sembrare sempre di più come un pensiero che non come un meccanismo. La mente non sembra più un intruso accidentale nel regno della materia, ma piuttosto la creatrice stessa della materia.

ESPERIMENTI DI VISUALIZZAZIONI REMOTE FATTE DALLA NASA/CIA E DALLA STANFORD UNIVERSITY

Con il termine visualizzazione remota si intende la capacità di descrivere posti geograficamente lontani anche centinaia di migliaia di chilometri. Questo concetto è stato provato, dimostrato e documentato varie volte. Nel 1955 la CIA ha declassificato e approvato la diffusione di documenti che rivelavano il suo coinvolgimento in una serie di esperimenti che sono durati più di 25 anni. Ingo Swann, uno dei partecipanti, è stato in grado di visualizzare alcuni specifici anelli attorno a Giove prima che la NASA li fotografasse. Non si tratta d'altro che di essere in grado di 'trasportare' la propria

coscienza altrove. Questo progetto va avanti da decenni, e nonostante molti continuino a bollare queste ricerche come 'pseudoscienza', pare che il Dipartimento della Difesa statunitense le prenda molto sul serio.

Unione Mente-Corpo

- Le nuove scoperte uniscono fisica e psicologia, permettendo un approfondimento sulla natura dell'uomo, il primo a introdurre questo concetto fu': Albert Einstein con l'equivalenza *materia-energia*:
- Tutto cio' che esiste e' energia che si manifesta a differenti **livelli di intensita' vibratoria**.
- **Anche l'uomo rientra in questa realta'**:

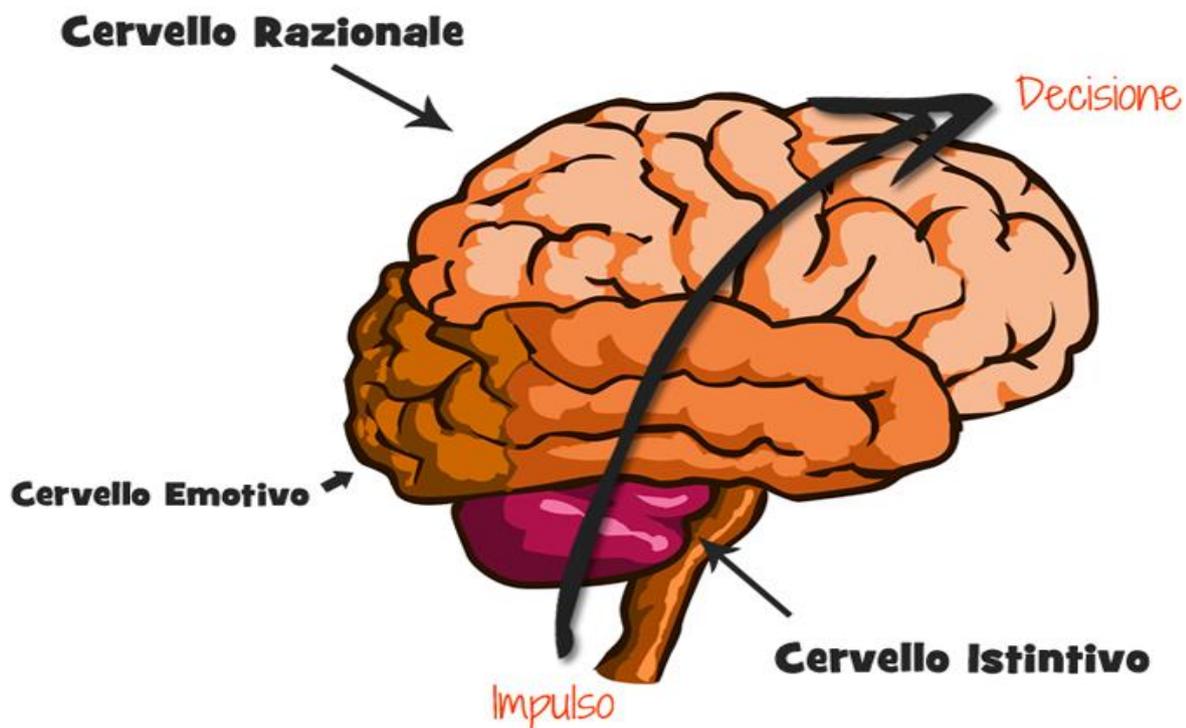


I pensieri vengono influenzati da:

Cultura, influenze esterne, stato emozionale, media, caratteristiche, mappa mentale.

Creano: una decisione, un'azione e un Risultato.

Cervello Neocorticale, Limbico e Rettiliano secondo il principio del cervello trino.



Non sono io sono i miei programmi Mentali: Regole e schemi installati inconsciamente.

Per Ripetizione

- Ogni cosa riprodotta nel tempo diventa automatica
- La ripetizione porta ad automatismi (programmi mentali)
- La ripetizione crea sinapsi difficili da modificare

Per emozioni

- Un'esperienza traumatica causa un Programma mentale
- Vengono a galla inconsciamente ma li reprimiamo
- I traumi diventano programmi mentali

L'INTELLIGENZA DEL CUORE

- All'interno del cuore c'è un'intelligenza
- Per raggiungerla è necessario lo STATO DI COERENZA, uno stato di armonia, sincronia e serenità tra: CUORE e CERVELLO essi operano sinergicamente come se fossero un unico sistema
- Per l'accesso la chiave è il **RESPIRO consapevole sul cuore**

I battiti cardiaci influenzano le onde

IL Cuore comunica con il cervello Neurologicamente, Biofisicamente (ormoni) e le onde di pressione.

La memoria del cuore

- Scoperta: abbiamo una memoria anche nel cuore: LA MEMORIA CELLULARE
- Curiosità: memorizzare in inglese è "Learn by Heart"
- Storie incredibili di trapianti di cuore



Che corpo e mente sono un tutt'uno è divenuto a poco a poco evidente in seguito a studi, ricerche e dimostrazioni scientifiche trasversali e interdisciplinari, condotte fin dagli anni 30 dalla medicina ufficiale e complementare ne è scaturita la PNEI (Psiconeuro-endocrino-immunologia). È un campo d'azione nello studio del Network Mente-corpo ed È il cardine di tutte le nuove scienze umane.

PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA.

È la disciplina che studia le relazioni bidirezionali tra psiche e sistemi biologici. Nella p. convergono, all'interno di un unico modello, conoscenze acquisite, a partire dagli anni Trenta del 20° sec., dall'endocrinologia, dall'immunologia e dalle neuroscienze.

Aspetti storici. Nel 1936, Hans Selye dimostrò che la reazione di stress (→stress e adattamento) è indipendente dalla natura dello stimolo. Ricerche successive rafforzarono il concetto dimostrando che lo stress può essere attivato da fattori fisici, infettivi, psichici. Indipendentemente dal tipo di agente stressante, si attiva una reazione neuroendocrina e neurovegetativa che libera ormoni e neurotrasmettitori dalle surrenali. A metà degli anni Settanta, il fisiologo tedesco Hugo Besedovsky dimostrò che la reazione di stress, con l'aumento della produzione del cortisolo da parte delle surrenali, causa una soppressione della risposta immunitaria. Fu stabilito così il primo collegamento biologico tra cervello, stress e immunità. Nella seconda metà degli anni Ottanta, il fisiologo statunitense Edween Blalock dimostrò che i linfociti hanno recettori per gli ormoni e i neurotrasmettitori prodotti dal cervello e che, al tempo stesso, producono ormoni e neurotrasmettitori del tutto simili a quelli cerebrali. Venne così dimostrata la comunicazione bidirezionale tra cervello e immunità. È stato dimostrato che le fibre nervose periferiche, quelle che innervano l'insieme dell'organismo, rilasciano sostanze (neuropeptidi) che attivano o sopprimono la risposta immunitaria, mostrando così, per la prima volta, un'inflammatione abbia un'origine nervosa (inflammatione neurogenica). Al tempo stesso è ormai chiaro che le citochine rilasciate dalle cellule immunitarie, viaggiando con il sangue o con i grandi nervi cranici (come il nervo vago), sono in grado di portare segnali fin dentro il cervello, e quindi di influenzare sia le attività biologiche (febbre, fame, sazietà, ecc.) sia quelle psicologiche (ansia, depressione). Gli anni Novanta hanno visto una crescita significativa degli studi sulla neurobiologia delle emozioni. La disregolazione del sistema dello stress da parte di emozioni, traumi ed eventi stressanti in genere, altera potentemente l'assetto e il funzionamento del sistema immunitario. Se nel breve periodo,

il cortisolo, l'adrenalina e la noradrenalina (catecolammine) hanno un effetto tonificante anche sull'immunità, nel medio-lungo periodo, queste sostanze collocano la risposta immunitaria su una posizione inadatta a combattere virus e tumori. Analogamente, la disregolazione dell'asse dello stress può favorire lo sviluppo di malattie autoimmuni di vario tipo. Sul finire degli anni Novanta del secolo scorso, i lavori del neuroscienziato statunitense Robert Sapolsky e di altri hanno dimostrato che l'alterazione del sistema dello stress e la sovrapproduzione di cortisolo possono causare atrofia dell'ippocampo, area cerebrale deputata alla formazione della memoria a lungo termine. Studi del primo decennio del XXI secolo dimostrano che anche patologie come l'aterosclerosi e le cardiopatie in genere sono fortemente condizionate dall'umore: la depressione, con la sovrapproduzione di cortisolo e catecolammine, contribuisce ad alterare la parete interna dei vasi, favorendo la formazione della lesione aterosclerotica. Così, taluni infarti e altri eventi cardiaci acuti, in presenza di disturbi dell'umore, possono trovare spiegazione nelle alterazioni vascolari prodotte dalle catecolammine e dallo squilibrio nel sistema della serotonina, la cui concentrazione diminuisce nel cervello, con effetti depressivi, mentre aumenta nel sangue con effetti di incremento della aggregazione piastrinica (effetti protrombotici). Infine, ricerche del primo decennio del secolo presente, a opera soprattutto dello psichiatra belga Michael Maes e del neurobiologo francese Robert Dantzer, hanno dimostrato che una disregolazione immunitaria in senso infiammatorio può essere responsabile della sintomatologia che tradizionalmente viene riferita ai 'disturbi di somatizzazione' nonché ai tipici sintomi 'psicosomatici', che accompagnano sia disturbi di cui si occupano la psicologia e la psichiatria (ansia, depressione, sindrome da fatica cronica) sia disordini di carattere più propriamente medico (malattie autoimmuni, cancro). Prospettive; con la p. viene a profilarsi un modello di ricerca e di interpretazione della salute e della malattia che vede l'organismo umano come una unità strutturata e interconnessa, dove i sistemi psichici e biologici si condizionano reciprocamente. Ciò fornisce la base per prospettare nuovi approcci integrati alla prevenzione e alla terapia delle più comuni malattie, soprattutto di tipo cronico e, al tempo stesso,

configura la possibilità di andare oltre la storica contrapposizione filosofica tra mente e corpo nonché quella scientifica, novecentesca, tra medicina e psicologia, superandone i rispettivi riduzionismi, che assegnano il corpo alla prima e la psiche alla seconda.

NEUROFISICA

Il cervello quando elabora un pensiero coerente, secondo la neurofisica e' come accadesse all'interno un temporale, che infuria nei diversi quadranti del cervello, si tratta di aree ognuna collegate alle varie parti del corpo, e la persona lo trasforma in visione oleografica. Il cervello e' composto da cellule nervose composte da microfilamenti che creano una rete neuronale di connessione. Ogni punto di incontro dei neuroni si sviluppa in un pensiero o in un ricordo, le idee ed i sentimenti sono tutti creati e connessi nella rete neurale e tutti hanno un possibile collegamento tra loro. Le cellule nervose che non si attivano contemporaneamente, e interrompono una reazione chimica, perdono la loro relazione a lungo termine.

MAPPA MENTALE

I pensieri vengono influenzati dalle nostre esperienze e dalla nostra mappa soggettiva. Per questo motivo quando entriamo in relazione con una persona dobbiamo conoscere la sua mappa per poter entrare in condizione empatica abbattendo le criticita' e acquisendo fiducia. La mente non fa distinzione tra reale ed immaginato questo determina una porta di ingresso per l'ipnosi.

PEPTIDI

- Quando vengono liberati nel flusso sanguigno, si dirige in diverse parti del corpo, ogni cellula e' dotata di recettori. Una cellula puo avere migliaia di recettori, che ne studiano la superficie, e si aprono al mondo esterno.
- Quando un peptide si aggancia ad un recettore, e' come una chiave che entra nella serratura, si posiziona sul recettore, si aggancia e muove il recettore. Come un campanello che suona inviando un segnale alla cellula.

EMOZIONI

Le nostre emozioni, possono ingannarci, perché Sono condizionate dalle esperienze negative passate. All'esterno della cellula ci sono miliardi di recettori che servono a ricevere informazioni.

Le dipendenze ad esempio ci mettono in condizioni in cui noi ci poniamo in situazioni tali da soddisfare le esigenze chimiche del nostro corpo. Chi ha una dipendenza avrà sempre bisogno di qualche cosa in più per ottenere "lo sballo" chimico di cui va in cerca.

Se non si è in grado di controllare lo stato emotivo significa che si è dipendenti da meccanismi chimici rafforzati nelle sinapsi.

Ogni aspetto che coinvolge le cellule sia in atti riparatori cellulari, sia in attività fisiologiche come ad es. la digestione con il coinvolgimento degli sfinteri, sono sotto l'influenza delle molecole causate da un'emozione creando eccitazione.

CAMBIAMENTO

Quando si pensa in termini di aspetti reali, possiamo trasformare la realtà in modo più concreto di quanto lo sia, spesso ci blocchiamo di fronte a tale potenziale, allora come possiamo cambiare la nostra vita?

Se la realtà è una possibilità della mia coscienza come posso cambiarla, migliorarla, renderla felice?

Stiamo ampliando il nostro modo di pensare con il vecchio modo di pensare ma la realtà è già lì!!!

Siamo circondati da oggetti materiali che si muovono a modo loro seguendo leggi deterministiche dettate da processi matematici e statistici pronti a dare risposte numeriche in base a determinate situazioni.

Una mente matematica può permettersi di avere una visione più dettagliata sulle reali possibilità del cambiamento e delle trasformazioni, ma non può dare la risposta sull'esperienza effettiva che si può sperimentare entrando nella percezione profonda della mente e della coscienza.

In realtà siamo noi a scegliere di creare ognuno la propria realtà!

Può sembrare una pretesa esagerata ma è la FISICA QUANTISTICA A DIRCELO.

Ma adesso ci siamo, non resta che vedere la realtà in modo diverso



L'IPNOSI CLINICA E LA COMUNICAZIONE IPNOTICA CI PERMETTE DI RALLENTARE PER UTILIZZARE QUESTA USCITA.

INTRODUZIONE CON CENNI STORICI SULL' IPNOSI

Gli eventi che vanno dal 1766 al 1900 circa, sono da considerarsi i precedenti storici della psicoterapia contemporanea, cioè quei precursori che hanno dato forma ai primi modelli teorici per la cura del disagio psichico senza l'apporto di farmaci, elettroshock e forme di riabilitazione psichiatrica

Inoltre la storia dell'ipnotismo viene fatta coincidere con la storia della psicoterapia stessa. Molti autori del passato hanno dato interpretazioni al fenomeno ipnosi che tutt'oggi persistono e tendono a condizionare coloro che si avvicinano a questo strumento clinico. Per esempio l'idea per cui sotto ipnosi si perda il controllo, si abbiano ricordi del passato che non si hanno in stato di veglia, che si sia in balia dell'ipnotista e molti altri. Il concetto di magnetismo animale

Sappiamo che la Parola psicologia viene usata su testi scritti per la prima volta tra il 1511 e il 1518 da Marcus Marulus, ma che tale parola venne usata per la prima volta con un significato analogo a quelli che potremmo dargli oggi nel 1594 e nel 1597, rispettivamente da Otto CassMann e Rodolfo Goclenio.

Anche se saranno prima **Christian Wolff** e successivamente **Immanuel Kant** a sancire la **nascita della psicologia come disciplina scientifica**, riconoscendone la particolarità dei metodi di studio dovuti alla particolarità dell'oggetto di studio (la psiche, che non ha la forma a priori dello spazio come il corpo per la medicina)

E' importante menzionare i tre pilastri della medicina di allora (ed in buona parte di oggi) per comprendere quanto il **mesmerismo** sia stato vissuto come **inconcepibile** e spaventoso.

1. il malato è sede di una malattia
2. per ogni malattia è possibile identificare una causa o una serie di cause specifiche

- tramite un'opportuna terapia basata su farmaci, diete o interventi chirurgici è possibile ristabilire il funzionamento delle diverse parti che costituiscono l'organismo

Franz Anton Mesmer

Franz Anton Mesmer fa la sua apparizione nel mondo medico viennese nel 1766 con la sua tesi dal titolo "**dissertazione fisico-medica sull'influsso dei pianeti**". Il suo lavoro, profondamente influenzato da Isaac Newton e la scoperta della forza di gravità, voleva spiegare **come i fenomeni organici fossero influenzati dagli influssi gravitazionali**. In sostanza riteneva che come gli astri influenzano le cose sulla terra, le cose sulla terra influenzano l'organismo degli animali e dunque dell'uomo. Riteneva che come esistesse una gravità planetaria ne esistesse una per gli esseri viventi, gli animali appunto. Ma che a causa della sua sottigliezza fosse impalpabile.

La pratica del magnetismo, cui si dedicherà nel 1772, era già in disuso nella medicina dell'epoca in quanto **ritenuta obsoleta e vicina all'esoterismo**. Qui abbiamo la prima pietra angolare di molti preconcetti

già ai suoi inizi, Mesmer, sarà visto con sospetto e diffidenza dallo stesso mondo medico nel quale è stato formato in quanto **si dedicherà prevalentemente a pratiche che la medicina stava già abbandonando**.

Nel 1784 **alcuni dei massimi esponenti della scienza occidentale analizzarono i 27 punti delle memorie di Mesmer, assisterono alle magnetizzazioni e giunsero alla conclusione che non esisteva alcun fluido animale, alcun influsso proveniente dagli astri ed attribuirono all'immaginazione le guarigioni di Mesmer. Si concluse che "le magnetisme sans imagination ne produit rien, l'imagination sans magnetism produit des crises"**. Il magnetismo senza immaginazione non produce niente, l'immaginazione senza magnetismo produce le crisi. I tre fattori che costituivano la pratica di Mesmer furono individuati in "contatto, immaginazione e imitazione". Questi determinavano le crisi.

A Franz Anton Mesmer capitò qualcosa di incredibile. **Divenne famoso in tutto il mondo per poi essere spodestato e tacciato di ciarlataneria.**

In questo momento il Magnetismo di Mesmer è stato appena discredito. Ovviamente sono molti gli allievi, alcuni importanti, pochi coloro che possiedono le capacità per comprendere il complesso fenomeno col quale si stanno confrontando. Nei decenni molti abbandoneranno l'uso del magnetismo, si disperderanno e rimarranno in pochi a proseguirne gli usi. **Il discredito gettato sul magnetismo favorirà l'uso popolare di tale tecnica al fine di rendere allegro qualche spettacolo teatrale e stupire la gente.** Ricordo già da adesso che il più **illustre studioso italiano del fenomeno Ipnosi, Franco Granone**, apprese le prime tecniche da un teatrante di passaggio.

Puysegur

Puysegur usava una tecnica simile a quella di Mesmer. Non usava le bacchette o il baquet per magnetizzare ma un'albero. Ancora era legato a questa idea per cui fosse necessario uno strumento esterno oltre il magnetizzatore per praticare tale metodo. Inoltre **non amava le crisi** tanto care a Mesmer e tanto spettacolari. Cercava di ridurle il più possibile. Mentre Mesmer praticava con grande teatralità e parlando pochissimo (toccava con le bacchette, i tocamenti saranno chiamati "passi" in ambito ipnotico) egli **parlava molto**. Notò che un suo paziente, un giovane contadino di nome **Victor Race**, andava in quello stato che oggi chiamiamo "**sonnambulismo**". Il sonnambulismo non era totalmente sconosciuto ma assolutamente sottovalutato da Mesmer e dai suoi allievi, i quali contestarono il marchese trattandolo come un'usurpatore del maestro.

Grazie a Puysegur la parola diventa importante, strumento cardine del magnetizzatore.

L'introduzione della parola pone il problema della relazione in ambito terapeutico e permetterà di scoprire molti altri fenomeni dello stato che oggi chiamiamo "trance ipnotica".

Puysegur chiamerà "sonnambulismo" il suo metodo, prendendo le distanze da Mesmer e seguaci, ma **manterrà un'altrettanto feroce battaglia contro la medicina fondando una scuola che iniziava anche non medici** e ponendo delle regole che ad oggi sono importanti nella pratica della psicoterapia. Per esempio un suo allievo, il **conte di Reder**, comprendendo che il magnetizzatore possiede idee e aspettative importanti sul paziente, sostiene che queste non devono che essere usate per il suo benessere e non per la sua manipolazione o il suo abuso. Concetti basilari nell'insegnamento della psicoterapia moderna ai nuovi psicoterapeuti!!!

In quegli anni la Psichiatria andava familiarizzandosi con la sua pretesa di scientificità, certe pratiche ipnotiche erano state associate all'abuso sessuale, alla perdita totale di coscienza e al dominio di una mente su un'altra. A pratiche esoteriche ed il sonnambulismo veniva creduto fenomeno che portava con sé il dono della preveggenza. Esistevano scritti, pamphlet, spettacoli teatrali che sostituendo la via ufficiale della scienza diffondevano il magnetismo nel mondo occidentale accompagnato da quante più credenze bizzarre fosse possibile, al fine di stupire lo spettatore e trarlo in inganno.

Nuove luci e nuove ombre

Nel 1813 **l'abate Faria**, sacerdote di origini portoghesi che sosteneva di essere un brahamino indiano, approdò a Parigi.

Ricusò le teorie di Mesmer, sostenendone l'assurdità, attribuiva il sonnambulismo alla compiacenza del soggetto. Questa teoria è tutt'oggi sostenuta da molti scettici. Faria ebbe il merito di utilizzare **terminologie meno esoteriche**, di notare come vi fossero **notevoli differenze nell'entrare in trance da una persona all'altra** e smise ogni ritualismo in favore di **procedure di induzione semplici e decisamente più sobrie** rispetto a quelle di Mesmer, di cui anch'egli era allievo.

Grazie a Puysegur e Faria alcuni sostengono che la pratica del mesmerismo cominciò a prendere la forma di una psicoterapia, dove la relazione tra terapeuta e paziente appariva essere il focus del processo terapeutico.

Du Potet e Bertrand Foissac proseguirono gli studi sul sonnambulismo dopo che Faria, ingannato da un'abile attore che finse di essere sonnambulo discreditandolo pubblicamente, abbandonò Parigi.

LA NASCITA DELL'IPNOSI

Anche l'Inghilterra stava muovendo i suoi passi nel mondo del magnetismo. L'impero britannico aveva permesso a molti medici di conoscere queste pratiche in diverse parti del mondo, specialmente in India. Ciononostante la medicina ufficiale britannica non era ben disposta, come quella francese, al riconoscimento di una pratica come quella portata in auge da Franz Anton Mesmer, il cui nome e la cui opera erano stati ampiamente discreditati.

In Inghilterra si era sviluppato un movimento mesmerico che vedeva in **John Elliotson** il suo più illustre esponente. In particolar modo questi medici praticavano l'uso del magnetismo (oramai chiamato mesmerismo) in ambito chirurgico, **utilizzando l'anestesia e l'analgesia ipnotica.**

Va notato che non esistevano anestetici all'epoca, e che l'uso del mesmerismo permetteva di praticare operazioni importanti, persino alcune amputazioni secondo certi autori. Elliotson non revisionò mai le idee di Mesmer, la base teorica del metodo venne in qualche modo mantenuta e ciò gettò discredito su di lui e le sue pratiche.

Fu **James Braid**, medico di Manchester, che nel 1841 venne a contatto col mesmerismo e **nel 1843 pubblicò un'opera in cui introduceva i termini di Ipnotismo, ipnosi e neuroipnosi.** Sposò le idee di Puysegur e Faria per cui esisteva una certa similarità tra lo stato in cui erano indotti i soggetti magnetizzati ed il sonno. Per cui **utilizzò la parola greca "Hypnos", che vuol dire sonno, per coniare il nuovo termine che avrà in breve tempo fortuna nel mondo: Ipnosi.**

James Braid fece molte intuizioni sull'Ipnosi e per queste va ricordato come uno dei personaggi cardine nella storia dell'Ipnosi e della sua rivalutazione a livello scientifico.

Innanzitutto si rese conto che l'eccitazione dell'immaginazione permetteva alle persone in stato di Ipnosi di reagire a tutte le "impressioni" che gli passano per la testa come fossero realtà. Ciò che stava scoprendo Braid è ciò che passerà come il concetto cardine dell'Ipnosi

secondo la scuola dell'Istituto **Franco Granone**, cioè la capacità della persona in stato di trance di fissarsi su una sola idea (**mono-ideismo**). Ancora non era riuscito a comprendere del tutto il fenomeno.

Noterà che le persone in stato di trance ipnotica sono molto attente e le loro capacità attentive sono sovra-eccitate, al contrario di quanto si riteneva, cioè che le persone fossero alla mercé dell'Ipnotizzatore. Bastava un movimento più brusco o un'alito di vento perchè i suoi soggetti riemergessero dallo stato di trance ipnotica (ancora si diceva "risvegliassero", rinforzando l'idea dell'Ipnosi come sonno). Successivamente, secondo alcuni, Braid arrivò alla concezione del moideismo di cui sopra, ma quando propose questo nome per l'Ipnosi non riscosse molto successo, poichè il primo si era già ampiamente diffuso ed aveva sostituito i precedenti.

E' ufficialmente nata l'Ipnosi!

Nel 1882 Ippolyte Bernheim conoscerà Auguste Liebeault. Quest'ultimo era un medico di provincia, i suoi clienti erano perlopiù contadini e non potevano pagarsi le medicine. Così egli ricorreva sovente all'uso dell'Ipnosi per aiutarli. Bernheim, venuto a conoscenza di questo bravo medico andò a conoscerlo, e stupito dal metodo che utilizzava gli propose una collaborazione universitaria. I due, pur avendo idee che su certi aspetti divergevano, sposarono completamente le ipotesi ultime di James Braid, per cui l'ipnosi era uno stato nel quale certe idee potevano essere poste all'attenzione più agilmente e modificate, plasmate in modo da aiutare i pazienti. Specialmente **Liebeault riteneva che fosse uno stato associabile al sonno**, poichè il sonno poteva essere indotto in stato di ipnosi e l'ipnosi senza suggestioni sfociava spesso nel sonno. Oggi sappiamo che lo stato di trance è associato ad alcuni fattori tra cui un particolare ritmo delle onde Teta, misurabili con l'elettroencefalogramma. Ma all'epoca tali strumentazioni non erano state ancora pensate.

Sulla credenza per cui una persona in trance è alla mercé dell'ipnotizzatore, preconetto tutt'oggi esistente, c'è molto da dire. Charcot e allievi scrissero molto sulla pericolosità della trance e sui rischi che potevano incombere sulle donne indotte in tale stato. Ritenendo che potessero essere abusate, violentate, indotte a commettere atti moralmente deprevoli. Eppure egli stesso, **chiedendo ad una suora capace di una trance talmente intensa da poter reggere con le mani nude delle caffettiere ardenti, di sollevare la gonna all'altezza del polpaccio, ella uscì dalla trance per tirargli un sonoro schiaffo in faccia**. Almeno alcuni riportano questo evento a titolo di disconferma delle stesse idee di Charcot sull'argomento.

La scuola di Nancy era fin troppo legata alla **suggestione** per spiegare l'ipnosi. Questo gli permise di notare come il linguaggio suggestivo potesse essere efficace anche senza indurre la trance ipnotica. Non arrivarono a queste conclusioni in maniera molto dettagliata ma in questo modo arrivarono a precedere alcune intuizioni sia di studiosi dell'ipnosi quali Barber, sul fatto che la forte motivazione e la suggestione senza trance permettono di ottenere risultati simili all'ipnosi. Sia della scuola di Palo Alto, che sull'uso del linguaggio (e quindi anche quello suggestivo) fonderà alcuni principi base delle terapie brevi di natura sistemica.

DALL'IPNOSI ALLA PSICOTERAPIA

E' con Pierre Janet che nascono i fondamenti basilari della psicoterapia contemporanea.

Quest'affermazione sarebbe sicuramente criticata da molti colleghi, ma ciò che è incriticabile è che mentre tutti ricordano il nome di Sigmund Freud, non molti sanno chi è Pierre Janet.

Eppure i termini di "**subconscio**", "ideazione fissa", "**analisi psicologica**" e la concezione della "**psicologica dinamica**" sono tutte quante da far risalire a Janet. A queste si aggiungono l'uso di **tecniche di decondizionamento** (tipica dell'odierno cognitivismo comportamentista), alcuni **spunti di metodi paradossali** (specifica delle terapie sistemiche), la **teoria del trauma** utilizzata ampiamente da Freud nella sua elaborazione della Psicanalisi.

Janet fu filosofo prima, poi psicologo e dunque medico. Questa grande conoscenza e questa vasta formazione svela tanto le sue doti intellettive quanto la sua incredibile curiosità

Proseguendo i suoi studi Janet ideerà un metodo, chiamato "**analisi psicologica**", che verteva alla ricostruzione della storia del disturbo. La cosa oggi è di uso comune e fa parte della pratica clinica quotidiana, ma fu Janet a metterla in pratica per la prima volta, di sicuro fu uno dei primi a farlo.

Ritenne che le persone avessero delle idee fisse che in qualche modo li tormentavano. A volte erano ideazioni facilmente ricordabili, altre volte erano idee fisse subconscie. Riteneva che **frammenti della personalità fossero dissociati e relegati nel subconscio e che continuassero ad influenzare, nonostante ciò, il nostro comportamento quotidiano.**

Quanto appena esposto è all'incirca ciò da cui partì Sigmund Freud prima dell'invenzione del metodo Psicoanalitico.

Una cosa che fa comprendere il genio di Janet è la sua concezione dei ricordi che riemergono sotto ipnosi. **Oggi giorno è ancora radicata l'idea per cui sotto ipnosi i ricordi siano reali, veri. Janet già sapeva che in realtà erano ricordi non necessariamente identici o simili alla realtà.**

Inoltre, anticipando di molto i tempi, si concentrava moltissimo sulla **vita presente dell'individuo** (questo concetto sarà ripreso particolarmente da Frederick Perls, psicanalista fondatore della Terapia della Gestalt) e sull'estrema **fiducia nei suoi pazienti**

A proposito della fiducia è interessante sapere che **Janet parlò persino col demonio**. Un suo paziente, infatti, era stato ricoverato perchè ritenuto posseduto dal demonio. Janet non contrastò mai il delirio ma lo assecondò (in questo è molto simile ad alcune tecniche paradossali usate nelle terapie sistemiche) parlando con satana in persona. Riuscì ad arrivare dal dialogo con satana ai profondi sensi di colpa e rancori di questa persona, curandola.

Sigmond Freud

Sarà Sigmond Freud a porre la pietra più importante per la costruzione della psicoterapia contemporanea. Sarà il primo a creare un metodo di cura basato sul dialogo e dotato di una teoria plausibile per il contesto storico di riferimento ed un metodo clinico ben definito.

Le sue posizioni sull'ipnotismo erano una via di mezzo tra quelle del suo maestro e di Berneheim, col quale collaborò per qualche settimana. L'idea iniziale di Freud era molto simile a quella di Janet, e considerando la fama di Janet (era chiamato "Il Maestro") non poteva che essere così. Insieme a Joseph Breurer conduceva esperimenti di ipnotismo in cui, indotta la trance ipnotica, richiamava alla memoria eventuali ricordi traumatici all'origine del disturbo. **Egli riteneva che favorendo il ricordo di eventi traumatici fosse possibile guarire il paziente.**

Una seduta con una paziente, Anna O. (il suo vero nome è Bertha Poppenheim) indusse Freud ad abbandonare l'ipnosi in favore di quello strumento che diverrà la psicanalisi. Uscendo dalla trance pare che questa paziente avesse abbracciato o baciato Breurer, causando ovviamente un gran turbamento nel medico (si pensi al contesto storico dell'epoca ed al pregiudizio per cui le pazienti ipnotizzate sono in balia dei bassi istinti dell'ipnotizzatore) e inducendo a trovare delle modificazioni al metodo utilizzato.

Storicamente si fa risalire all'abbandono dell'ipnosi, da parte di Freud, la nascita della psicanalisi, che di fatti costituisce la prima forma di psicoterapia contemporanea. Da quanto scritto può apparire che Freud abbia plagiato Janet, ma voglio render merito anche a medico viennese di quella che sarà l'idea centrale della psicoterapia fino ai giorni nostri.

La psicanalisi Freudiana si basava sul concetto di transfert. In altre parole il paziente tende a vedere nell'analista una persona affettivamente importante del suo passato. In genere il padre o la madre.

Tende inoltre a mantenere dei comportamenti ed atteggiamenti nei confronti dell'analista come se questi in qualche modo fosse realmente questa figura importante del passato del paziente.

Ovviamente anche le correnti psicanalitiche più contemporanee hanno abbandonato questa idea di terapia in favore di qualcosa più complesso ed elaborato, ciò che conta è che **fu Freud a rendere la "relazione" l'aspetto centrale della cura e della terapia.** Ogni forma di psicoterapia, sia essa sistemica, gestaltica, integrata o comportamentale, prevede una modalità di relazione e di relazionarsi col paziente all'interno della quale mettere in atto le tecniche terapeutiche.

E' così che ufficialmente nasce la prima forma di psicoterapia: la psicanalisi.

Per spiegare bene cos'è l'ipnosi è importante evidenziare cosa non è l'ipnosi. L'IPNOSI NON E' né sonno né magia anche se l'etimologia del termine ce lo richiama alla memoria.

L'ipnosi non si serve di fluidi o poteri e non è succubanza o forzatura della volontà della persona.

L'IPNOSI E' UNO STATO DI COSCIENZA FISIOLÓGICO.

Il rapporto tra operatore sanitario e paziente caratterizzato dal monoideismo plastico: una sola idea che si estende sul piano psicosomatico, dove sono possibili modificazioni psichiche somatiche e viscerali per mezzo di monoideismi plastici.

Tra le variabili che possono favorire il crearsi di tale stato ci sono sicuramente un rapporto positivo con l'operatore, la presenza di motivazione, l'età, abilità nell'apprendimento e l'intelligenza. Tra le variabili ostacolanti invece troviamo di contro un rapporto negativo con l'operatore e la presenza di pregiudizi e paure.

I BISOGNI

Tutti noi abbiamo dei bisogni, per questo dobbiamo prenderci cura di noi stessi in modo consapevole, coinvolgente e con la giusta tenerezza. Attraverso le nostre emozioni generiamo continui cambiamenti e processi biochimici ma è necessario comprenderle per saper interagire con esse. La nostra mente ha bisogno di trovare una condizione di quiete naturale e la consapevolezza ci mette in contatto con noi stessi per essere PRESENTI E ATTENTI!

È importante essere aperti.

Nulla e' continuo tutto cambia istante per istante, dobbiamo essere aperti la chiusura delle nostre menti crea la sofferenza. Di fronte all'arte sacra del guarire, non preoccuparsi di imparare e' un crimine" (Samuel Hanneman).

La voglia di ascoltare e capire genera altruismo e volonta' di aiuto verso chi ha bisogno della nostra "Arte".

I programmi mentali sono il risultato dello scenario della vita.

TRASFORMARE LE PERCEZIONI

Cosa succede se trasformo la mente?

Le percezioni si trasformano come le circostanze e le apparenze si trasformano, abbiamo visto nella Fisica Quantistica come il pensiero genera energia e materia, attraverso le emozioni come felicità, gioia, amore, tristezza, rabbia, depressione cambiano completamente il nostro stato. L'ipnosi può generare uno stato di mente armonica capace di trasformare le percezioni interne ed esterne guidandole verso un preciso obiettivo di cambiamento necessario al paziente.

CAMBIAMENTO

Gandhi amava dire: "Sii il cambiamento che vuoi vedere avvenire nel mondo"

Mentre Martin Luther King affermava: "Può darsi che non siate responsabili per la situazione in cui vi trovate, ma lo diventate se non fate nulla per cambiarla."

Attraverso L'Ipnosi Clinica noi possiamo modificare le condizioni psicofisiche di un individuo, rompendo gli schemi e l'esistenza convenzionale che ingabbia i pensieri manipolando la mente.

FENOMENO PLASTICO

Se esiste un bisogno o un'aspettativa riusciamo a focalizzare le energie mentali nella realizzazione di un'immagine PLASTICA, questo determina effetti facilmente riconoscibili e misurabili a livello fisico e mentale. L'energia necessaria per un fenomeno Plastico, viene sottratta da altre attività, ecco perchè un fenomeno ipnotico modifica anche lo stato di coscienza e la condizione fisica.

L'IMMAGINE E' LA BASE DELL'IPNOSI

L'area immaginativa e' potente, crea immagini, reazioni potenti ed istintive, può alzare o abbattere la "critica", gestisce emozioni, bisogni e ricordi memorizzati in chiave emotiva.

La parte immaginativa corrisponde all'area primordiale del nostro cervello, la prima che si è formata nel corso dell'evoluzione, gestisce in pochi secondi reazioni atte a garantire la sopravvivenza della persona (es. reazione di fronte a pericolo). Forti emozioni (rabbia e paura) generano reazioni in questa parte della mente che gestisce in modo fulmineo e potente istinti ed emozioni. I Fenomeni Ipnotici vengono generati in questa stessa area.

FIDUCIA

Il compito principale dell'ipnotista è quello di trasformare la diffidenza in **Fiducia** e **Aspettativa**. Le risorse della mente se le utilizziamo maggiormente per l'area logica, si riducono per l'area immaginativa. Le persone hanno il potere di esercitare il loro libero arbitrio sulla scelta ipnotica.

L'IPNOSI SECONDO FRANCO GRANONE

Si intende per Ipnotico, la possibilità di indurre in un soggetto un particolare stato psicofisico, che permette di influire sulle condizioni psichiche, somatiche viscerali del soggetto stesso per mezzo del rapporto creatosi tra questi e l'Ipnotizzatore.

Mono: una sola idea alla volta.

Plastico: l'immagine diventa così potente da creare effetti fisici e psichici clinicamente evidenti.

IPNOSI

Ipnosi è saper gestire con consapevolezza il potere e la capacità di immaginazione indirizzandola ad ottenere effetti Positivi. Le immagini si possono creare spontaneamente e con grande potenza solitamente in seguito a un'emozione (ad es. la paura di uno squalo in acque non limpide, paura per un esame, una forte rabbia, gelosia), generano spontaneamente immagini e sensazioni indipendenti dalla volontà.

OBBIETTIVI: CREARE SPAZIO

- VUOTO
- E' necessario creare spazio nella nostra mente, per troppo tempo ha avuto imprinting con condizionamenti e stereotipi
- Troppo spesso non per nostra scelta.
- È necessario pulire delle aree troppo congestionate del nostro cervello per mezzo dell'Ipnosi.

RIEMPIRE

- L'ipnotista ha il compito di riempire la mente dopo aver creato gli spazi necessari di aspetti positivi, riportando fiducia in se stessi migliorando le sicurezze.
- Aumentare l'autostima

- Creare Armonia nell'amare prima di tutto se stessi, per amare ciò che ci circonda.
- Aumentare la creatività, abilità psichiche ed intuitive. Saper cogliere le coincidenze che ci passano vicino. Gestire in modo efficace ed armonico l'energia. Aprire la mente a ciò che ci circonda e trascendere di più in profondità di noi stessi.
- Ascoltare intuito ed istinto ti portano nel flusso se si impara a seguire il lato positivo.

RIMANERE NEL FLUSSO

Quel flusso tra te e l'ipnotista dove si genera lo scambio di Energia Quantica:

“ Se due sistemi (o quanti) interagiscono tra di loro per un certo periodo di tempo e poi vengono allontanati, non possono più essere descritti come un unico sistema individuale. Ma quello che accade ai due sistemi e' che uno di loro continua ad influenzare l'altro, anche se distanti chilometri.”

APPLICAZIONI DELL'IPNOSI

- Malattie Psicosomatiche
- Malattie somatopsichiche
- Nevrosi
- Alcolismo e Tabagismo
- Malattie Psico- sessuali
- Ostetricia
- Odontoiatria
- Dermatologia

L'ipnosi ha una applicazione molto importante che riguarda il suo effetto antalgico per le implicazioni terapeutiche.

INDICAZIONI NON CLINICHE:

- Ricerca Scientifica
- Studio
- Lavoro
- Sport
- Fini Militari.

IPNOSI E SCIENZA

L'ipnosi da quando ha abbandonato il territorio del mesmerismo e dello sciamanesimo, inscrivendosi nell'ambito della ricerca scientifica, si è prestata a essere considerata una modalità di intervento attendibile, nella misura in cui utilizzandola è possibile produrre esiti di laboratorio che diano risultati prevedibili, ove però, non per tale loro prevedibilità il

ricercatore possa generalizzare tale risultato per dimostrare che esistano dimensioni trascendentali.

L'ipnosi può essere usata per rilassarsi o controllare reazioni neurovegetative del nostro organismo. Gli effetti di questa tecnica sono fisiologicamente comprensibili, e lo saranno sempre di più grazie alle strategie di neuroimaging.

Per l'altro, cerca di definire in che senso la scienza approcci i segreti che il misticismo e le religioni hanno progressivamente sviluppato nel corso della storia dell'umanità permettendo di pensarsi oltre la morte.

La problematicità di questo tema può essere rinvenuta nelle discussioni aperte dalle tecniche di intervento e studio neurobiologico, che hanno trascinato la comunità scientifica in un costante esame di che cosa significhi che l'identità della persona è determinata dal **suo cervello**.

Gli sviluppi delle ricerche scientifiche in campo neuropsicologico e psicofisiologico, sono giunti inevitabilmente a dimostrare la dipendenza della dimensione psichica da quella materiale (sia essa intesa in senso ambientale-ecologico-sociale, sia essa intesa in senso neuronale), fino a rendere sempre più forte l'ipotesi che supporta le teorie dell'identità tra psiche-mente e cervello.

In questa prospettiva la sfera psicologica dell'individuo, viene considerata alla stregua del resto del corpo, quindi identica alla dimensione somatica.

Nikola Tesla: Un grande genio dimenticato dalla storia.

Mi chiamarono pazzo nel 1896 quando annunciai la scoperta dei raggi cosmici. Ripetutamente si presero gioco di me e poi, anni dopo, hanno visto che avevo ragione. Ora presumo che la storia si ripeterà quando affermo che ho scoperto una fonte di energia finora sconosciuta, un' energia senza limiti, che può essere incanalata “.

All'età di diciassette anni si accorse di possedere una capacità di concentrazione mentale così straordinaria da riuscire a vedere “materialmente” davanti a sé tutto ciò che immaginava senza poter più distinguere il mondo reale da quello virtuale. Appena divenne ingegnere utilizzò questa facoltà per passare dall'intuizione all'invenzione perfetta in ogni minimo dettaglio direttamente nella sua mente matematica senza avere alcun bisogno di prototipi reali. Alcune fonti affermano inoltre che Nikola Tesla, per sua stessa ammissione, era un ingegnere ed un fisico visionario che riceveva le intuizioni da un profondo stato di astrazione mentale.

Dalla storia riceviamo dati concetti in cui ci portano a dire “non vi è nulla di nuovo sotto il sole” ovvero lo studio della mente umana e di tutte le scienze nella storia hanno raggiunto certamente livelli considerevoli, ma la storia insegna che l'evoluzione porta ad una rivisitazione di insegnamenti e concetti visti e provati letti e vissuti con la mente dei nostri tempi dove spesso ci illudiamo di incredibili progressi per poi accorgerci di quanto siano indelebili ed ineguagliabili i patrimoni che l'umanità nella sua storia ci perpetua.

Un riferimento al pensiero Buddista non posso escluderlo dalla presa di coscienza che ne scaturisce:

Quando la mente è capace di generare un pensiero e di conseguenza uno stato di affetto-gentilezza incondizionato crea compassione che pervade tutta la mente e il modo di essere.

Questa condizione di affetto-gentilezza-compassione è descritto nel Buddismo come Letizia, definibile come la gioia che si nutre della gioia degli altri e il desiderio di sollevare

gli altri dalle sofferenze; coltivare queste qualità affettive è utile per controbilanciare le deplorevoli tendenze egoistiche (Gethin 1998).

CONCLUSIONI

La tesi che ho scelto parte da un semplice concetto: capire per crescere. Sono certa che non invecchierò a sufficienza per soddisfare questa mia esigenza, una cosa è certa: un pezzo di strada grazie a questa esperienza così ricca nel frequentare ed approfondire il corso presso il CIICS di Franco Granone, mi è stata data, inizia soltanto ora il lungo percorso da intraprendere



BIBLIOGRAFIA

- Henri F. Ellenberger: La scoperta dell'inconscio, Vol. I-II, Bollati Boringhieri, 1976
- Franco Granone: Trattato di Ipnosi, Vol I-II, UTET, 1980
- Guglielmo Gulotta: Ipnosi, giuffré editore, 1980
- Milton Erickson, a cura di Ernest L. Rossi: Opere, Vol I-II-III-IV, Casa Editrice Astrolabio, 1984
- Arreed Barabasz e John Watkins, Hypnotherapeutic Techniques, Brunner Routledge, 2004
- William Kroeger: Clinical and experimental hypnosis, Lippincott Williams and Wilkins, 2007
- André Weitzenhoffer: The Practice of Hypnotism, 1989
- Lezione corso CIICS Dr. Antonio Lapenta
- Meditazione e Ipnosi Tra Neuroscienze filosofia e pregiudizio Enrico Facco.
- Dalla fisica classica alla Fisica quantistica Carlo Torsitani
- Scienza Fanpage.it
- [http://henry.pha.jhu.edu/The mental.Universe](http://henry.pha.jhu.edu/The%20mental%20Universe)
- Treccani Medicina, volume 3, Cervello Mente Psiche, Roma 2010) , Roma 2010)
- https://www.google.it/search?q=equazione+di+dirac+e+l%27equazione+di+einstein+sulla+fisica+quantistica&biw=1366&bih=657&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=OXuSVayKGeW5ygOa6JTtwBA&ved=0CAYQ_AUoAQ#tbm=isch&q=+sistemi+di+energia+quantistica&imgsrc=7J7Dia_zfmT_gM%3A
- https://www.google.it/search?q=equazione+di+dirac+e+l%27equazione+di+einstein+sulla+fisica+quantistica&biw=1366&bih=657&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=OXuSVayKGeW5ygOa6JTtwBA&ved=0CAYQ_AUoAQ#tbm=isch&q=+sistemi+di+energia+quantistica&imgsrc=7J7Dia_zfmT_gM%3A
- Seminario Fisica Quantistica di Italo Pentimalli e J.L.Marshall Rimini Giugno 2015
- “Il potere del cervello quantico” Testo di Italo Pentimalli e J.L.Marshall
- Dispense e appunti personali fisica quantistica e relazione mente-corpo.

- Settembre 2015 Incontro con Monaco Buddista Tibetano Su: “La quiete della mente”.