



Fondatore: Prof. Franco Granone

CORSO DI FORMAZIONE IN IPNOSI
CLINICA E COMUNICAZIONE
IPNOTICA
Anno 2025

IPNOSI
NELL'ANTICHITÀ

Candidato

Luciana Leghissa

Relatore

Dott. Ennio Foppiani

INDICE

1. Ipnosi	pag. 4
2. Nella notte dei tempi	pag. 5
2.1 Homo Sapiens	pag. 6
2.2 Sciamanesimo	pag. 7
2.3 Caratteristiche del viaggio sciamanico	pag. 9
2.4 Estasi sciamanica	pag. 10
3. Sciamani Aztechi	pag. 12
4. Tribù indiane (Chippewa)	pag. 12
5. Celti, il culto della quercia	pag. 13
6. Egizi	pag. 14
6.1 Papiro di Ebers	pag. 15
6.2 Papiro di Edwin Smith	pag. 15
6.3 Papiro di Londra	pag. 16
7. I Maestri di verità	pag. 17
8. Pitagora	pag. 19
9. Dall'Egitto all'Antica Grecia	pag. 21
10. Incubazione nei templi del sonno	pag. 23
11. Ebrei - Vecchio Testamento	pag. 25
12. Medicina induista	pag. 29

ABSTRACT

La tesi verterà sul periodo aurorale dell'ipnosi nei popoli antichi, di chi e di come la attuava.

Più specificatamente si tragarnerà l'ipnosi nell'epoca interglaciale dell'Homo Sapiens, nell'epoca degli antichi Egizi, Greci, in ambito semitico veterotestamentario, nell'induismo, nel popolo azteco, nella tribù indiana Chippewa e nel popolo celtico.

La ricerca qui presentata si basa sull'arte parietale, sulla trasmissione orale delle pratiche rituali, usanze, credenze religiose e miti, sulle pergamene o oggetti in legno usati come supporti atti a tramandare l'informazione o raccontarne la storia.

1. IPNOSI

Si definisce l'ipnosi come: “una coscienza particolare, durante la quale sono possibili notevoli modifiche comportamentali e somato-viscerali, per l'instaurarsi di un monoideismo plastico auto od etero-indotto e un rapporto privilegiato operatore↔soggetto. Tale particolare condizione psicofisica eminentemente dinamica e non statica, chiamata ipnosi, è caratterizzata da una prevalenza delle funzioni rappresentativo-emotive su quelle critico intellettive, da fenomeni di ideoplasia controllata e condizioni di parziale dissociazione psichica”¹



¹ Atti del Gruppo di Lavoro dei Didatti dell'Istituto Franco Granone CIICS

2. NELLA NOTTE DEI TEMPI

Nella Genesi, al principio dei tempi, possiamo trovare quella che è la descrizione che Erminio di Pisa interpreta come suggestiva delle pratiche ipnotiche².

“Allora il Signore Dio fece cadere un sonno profondo su Adamo che si addormentò. E mentre dormiva, Dio prese una delle sue costole, mettendo carne al suo posto; poi con la costola tolta all’uomo, formò la donna e la condusse da Adamo”³



² Erminio di Pisa: Ipnosi dalla A alla Z, Anima edizioni, Milano 2007

³ Genesi 2, 21-22

2.1 HOMO SAPIENS

Sulla base di studi e ricerche emerge che il linguaggio articolato sia nato con l’Homo Sapiens, nell’epoca del Paleolitico/medio-Paleolitico superiore, circa 80.000 anni fa, apportando un rapido sviluppo delle capacità mentali che hanno favorito l’evoluzione del pensiero simbolico e del linguaggio complesso. Questo processo viene definito “rivoluzione cognitiva”.

Il processo psicologico, per attuare il linguaggio articolato, necessitava dell’attenzione congiunta, condizione nella quale due o più persone condividono l’attenzione per un oggetto (con il gesto di indicare) o la capacità di usare la direzione dello sguardo di una persona per dirigere la propria attenzione verso una persona o un oggetto (sguardo referenziale).

Grazie al linguaggio articolato, l’uomo è riuscito a memorizzare e condividere una quantità enorme e crescente di conoscenze e scoperte portandolo ad evolvere nel campo tecnologico, estetico e della narrativa.

La capacità di creare e condividere “finzioni”o “realità immaginate”- come miti, religioni e valori condivisi - è diventata fondamentale per la cooperazione di massa su larga scala tra individui che non si conoscono e permettendo loro la trasmissione intergenerazionale di conoscenze e la creazione di sistemi simbolici complessi.⁴

Gli esseri umani hanno elaborato un ulteriore processo psicologico che consiste nella abilità di esplorare mentalmente la psiche degli altri esseri umani dando l’opportunità di capire gli altri, per precedere il loro comportamento o comprendere le loro intenzioni.

Possiamo concludere dicendo che questo passaggio evolutivo culturale e linguistico ha segnato l’inizio di un periodo storico permettendo un cambiamento rapido e profondo che ha portato allo sviluppo dell’arte, della cultura e ad una organizzazione sociale complessa⁵.

⁴ Franco Fabbro: *Ipnosi e cervello sociale, Neuroscienze e filosofia politica*. Mimesis Edizioni Milano-Udine 2023, Mimedizioni S.r.l. pg 22,23,24

⁵ Yuval Noah Harari, *Sapiens, Da animali a dèi. Breve storia dell'umanità*, Bompiani. Milano, 2017

2.2 SCIAMANESIMO

*Sciamanesimo: indica nella storia delle religioni, in antropologia culturale, in etnologia, un insieme di conoscenze, credenze, pratiche religiose, tecniche magico rurali, estatiche ed etnomediche riscontrabili in varie culture e tradizioni.*⁶

Storicamente molti reperti archeologici, ritrovati nelle tombe o templi, testimoniano la conoscenza di numerosi fenomeni, attualmente aggettivabili come ipnotici, utilizzati a fini divinatori o terapeutici e come questi saperi e queste pratiche, che da ora in poi chiameremo ipnotiche in senso lato, costituiscano, consapevolmente o meno, le più antiche forme di terapia conosciute, inizialmente come pratiche mistico-religiose e gradualmente come veri e propri procedimenti curativi.⁷

Sergio Botta nel suo libro presuppone che lo sciamanesimo potesse essere visto come una pratica religiosa antichissima all'origine dell'arte preistorica. Sebbene fosse descritta e interpretata, fin dalla prima parte del XX secolo, come una pratica magica dell'arte parietale paleolitica, essa ha iniziato ad affermarsi a partire dagli anni '50 (Kirchner 1952, Findeisen 1957, Naar 1955) quando Hors Kirchner (archeologo della preistoria) iniziò a riscontrare, ad esempio un nesso tra alcuni bastoni apparsi nel Paleolitico e quelli usati per battere i tamburi sciamanici in Siberia. Kirchner, per spiegare queste somiglianze utilizzò la raffigurazione dello sciamano pubblicata da Witsen nel 1705.⁸

⁶ Piers Vitebsky, *Counterworks*, Taylor & Francis, 1996

⁷ Camillo Loriedo, *Ipnosi*, [https://www.treccani.it/enciclopedia/ipnosi_\(Universo-del-Corpo\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/ipnosi_(Universo-del-Corpo)/)

⁸ Sergio Botta: *Dagli sciamani allo sciamanesimo. Discorsi, credenze*, Carrocci Editore S.p.A. Roma, 2018



L'arte parietale forniva chiarimenti relativi alla magia della caccia, ai culti di fertilità, ai riti di iniziazione (Beaume 1998, p.203) che anche sul sostegno dell'arcaizzazione eliadiana, supportavano l'origine paleolitica dello sciamanesimo stesso (Müller 2001, p 73). Da una parte, ciò consentiva di interrogarsi sull'origine della religione, cercando un riscontro della sua natura individuale ed interiorizzata; dall'altra, permetteva di utilizzare la rilevanza del modello eliadiano per rivelare una fase indecifrabile della storia antica.⁹

J. McClenon¹⁰ ipotizza che già l'Homo sapiens praticasse la guarigione sciamanica per molti millenni. Vari studi supportano l'ipotesi che le suggestioni associate nei riti sciamanici avessero effetti terapeutici quali ridurre il dolore, migliorare la guarigione, controllare la perdita di sangue, facilitare il parto e alleviare i disturbi psicologici.

⁹ ibidem

¹⁰ James McClenon, Guarigione sciamanica, evoluzione umana e origine della religione, Northern Illinois University Press, 2002

La definizione che Mircea Eliade ha dato dello sciamanesimo, anche se da molti messo in contrasto, è che esso è un “*fenomeno religioso basato sulla tecnica dell'estasi*” di tipo mistico¹¹.

La parola “sciamano” è propria di alcune popolazioni della Siberia: nella lingua dei Tungusi il “saman” è una persona che, percuote un tamburo, entra in trance e guarisce le persone. Si è quindi potuto osservare la varietà di pratiche cui i guaritori ricorrono in molte regioni del globo: per esempio, alcuni suonano il tamburo e altri bevono decotti di piante e cantano. In pratica il “guaritore o lo sciamano” è un esperto a cui il gruppo di appartenenza riconosce la capacità di curare patologie fisiche, emotive e spirituali, e di utilizzare pratiche diverse per intercedere con gli spiriti a nome del paziente.

*Gli sciamani non si basano sull'interpretazione di un libro sacro, non esiste una dottrina.*¹²

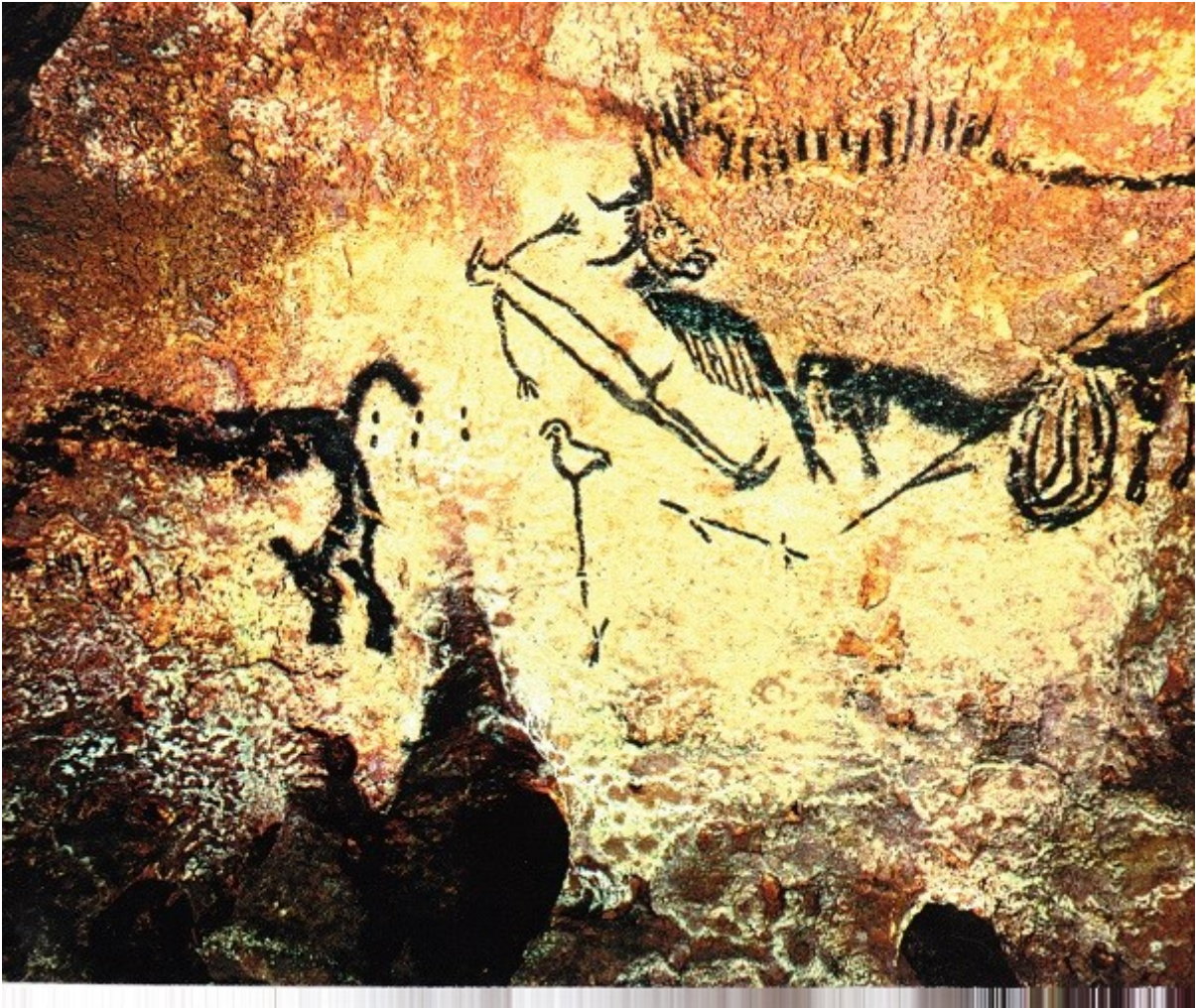
2.3 CARATTERISTICHE DEL VIAGGIO SCIAMANICO

- 1- *TRANCE: stato psichico alterato che in alcuni casi viene raggiunto anche tramite l'uso di allucinogeni e che permane per tutto il viaggio.*
- 2- *METAMORFOSI: lo sciamano si trasforma durante il viaggio, quindi in sogno, nell'animale che lo protegge e da cui deriva il proprio potere.*
- 3- *COMBATTIMENTO: compie durante il viaggio combattimenti contro gli spiriti ed altri sciamani.*
- 4- *RITORNO: lo sciamano rientra dal viaggio con la soluzione del problema.*¹³

¹¹ Luciano Arcella, Paola Pisi, Roberto Scagno, Confronto con Mircea Eliade. Archetipi mitici e identità storica, Jaca Book, Milano 1998. pg 137

¹² Arthur Laurent-Stephan Laurent Il medico e lo sciamano, Carocci, Roma, 2025

¹³ Charlotte Seymour-Smith, Dizionario di antropologia, Firenze, Sansoni, 1991



2.4 ESTASI SCIAMANICA

Lo sciamanesimo è una pratica religiosa molto diffusa e arcaica praticata da uno specialista dell'estasi, lo sciamano che compie un "volo magico" permettendogli di salire al cielo o scendere negli inferi. In questo volo interagisce con spiriti con i quali si allea (entità soprannaturali positive) oppure combatte (entità spirituali negative) al fine di ottenere salute, fertilità e interezza fisica e psichica per la persona o per la comunità per la quale opera.

Lo sciamano è una persona caratterizzata da un grande equilibrio capace di indurre e controllare le modificazioni degli stati di coscienza durante le sedute sciamaniche.

L'antropologo russo Sergej Shirkagoroff ha descritto un'intensa seduta sciamanica dei

Manciù- Tungusi.

“Durante la seduta il ritmo della musica e del canto coinvolgeva lo sciamano e tutti i partecipanti all'interno di una dimensione mentale collettiva. Mentre il ritmo dell'azione cresceva lo sciamano usciva fuori dal mondo ordinario in modo da poter incontrare gli spiriti. L'uditorio sentiva che lo sciamano era in estasi e questo fatto tratteneva i partecipanti dall'entrare in una forma di estasi. Quando lo sciamano sentiva che l'uditorio partecipava al suo stato di coscienza egli diventava più attivo e l'effetto veniva ritrasmesso ai partecipanti. Una volta terminata l'esperienza estatica l'uditorio era in grado di ricordare quanto era accaduto: l'emozione psicologica provata e le allucinazioni visive e uditive sperimentate. I partecipanti provavano una profonda soddisfazione, chi assiste a una seduta sciamanica partecipa e agisce contemporaneamente”.

Gli uomini e le donne che praticano lo sciamanesimo dedicano molta attenzione alle procedure di induzione. Queste procedure sono sviluppate con ricercatezza e caratterizzate da costanti in molte culture. Tra le tipologie più diffuse dell'induzione è quella dell'esecuzione di attività motorie e ripetitive, come una danza dalla consueta ripetizione di movimenti mantenuta per ore o giorni (la danza del Sole della tribù dei nativi americani o la danza dei boscimani del Kalahari). Spesso viene usata anche la stimolazione sonora ripetuta. Vengono utilizzati strumenti a percussione – tamburi associati a canti ripetitivi che vanno ad attivare centri cerebrali che modificano lo stato di coscienza. ¹⁴

¹⁴ Franco Fabbro: Ipnosi e cervello sociale, Neuroscienze e filosofia politica .Mimesis Edizioni Milano-Udine 2023, Mimedizioni S.r.l., pg 22-24, pg 57-59.

3. SCIAMANI AZTECHI

Gli sciamani aztechi erano anche sacerdoti, avevano l'abilità di controllare gli spiriti e di interagire con loro. Praticavano la guarigione spirituale attraverso riti di purificazione, suoni ritmici, canti, danze, visualizzazioni di guarigione, invocazioni e preghiere agli dèi. Erano legati alla religione politeista, che vedeva gli dèi come entità che condiziona ogni aspetto del quotidiano. La comunicazione con gli spiriti veniva facilitata da pratiche rituali che includevano l'uso di piante sacre, come il peyote, per entrare in stati alterati di coscienza. La visione azteca del mondo era ciclica, e la morte e la rinascita erano processi naturali che dovevano essere mantenuti in equilibrio tramite rituali in onore agli dèi. Essi credevano che l'universo fosse governato da spiriti che dovevano essere rispettati e pacificati per mantenere l'ordine cosmico. La medicina era spesso un mix di conoscenza spirituale e pratica fisica. ¹⁵

4. TRIBÙ INDIANE (CHIPPEWA)

Le tribù indiane Chippewa, anche note come Ojibway, facevano uso di pratiche sciamaniche che inducevano a stati alterati di coscienza, di guarigione e di controllo su fenomeni naturali, che possono essere paragonate a forme primitive di "ipnosi". Con queste pratiche comunicavano con gli spiriti (anche gli spiriti animali) e gli antenati, guarivano gli ammalati e riuscivano a controllare i fenomeni atmosferici (la pratica di lanciare frecce colorate durante le eclissi per "riaccendere" il sole).

Lo sciamano (chiamato anche "medico" o "guaritore") svolgeva il ruolo di mediatore tra il mondo materiale e quello spirituale. L'uso di piante come il peyote, il tabacco, l'ayahuasca o altre erbe, la danza, la musica (in particolare il suono del tamburo), inducevano il contatto con il mondo degli spiriti. ¹⁶

¹⁵ <https://www.treccani.it/>, 29/06/2025.

¹⁶ <https://www.treccani.it/>, 27/07/2025.

5. CELTI, IL CULTO DELLA QUERCIA

I rituali che le popolazioni celtiche praticavano, erano legati al culto delle querce. Per i celti la quercia, albero sacro, simboleggiava la forza, la longevità e la connessione con il divino.

I sacerdoti celtici, i druidi, tenevano i loro incontri e le pratiche religiose sotto le querce, evidenziando il loro ruolo di intermediari tra il mondo terreno e quello spirituale.

“L’ipnosi”, praticata dai druidi, veniva indotta attraverso l’uso di erbe sacre e inghiottendo le ghiande. I rituali legati alla natura, la ricerca della saggezza e della purificazione del corpo e dello spirito avevano lo scopo di mantenere l’armonia tra il mondo sacro e il mondo materiale. I Celti avevano una visione animistica del mondo, in cui ogni elemento naturale (alberi, fiumi, montagne) possedeva uno spirito.

Possiamo fare un’ulteriore comparazione tra la trance sciamanica e quella praticata al giorno d’oggi.

La trance sciamanica, veniva usata dai popoli antichi per connettersi e comunicare con gli spiriti, per ricevere visioni e guide dai spiriti animali, dalla natura e per portare guarigione. Questa (trance sciamanica) veniva indotta attraverso il movimento, danza, suono dei tamburi dal ritmo costante, il canto e le erbe sacre. Lo sciamano poteva viaggiare e scendere fino agli inferi per poi risalire ai mondi superiori.

Alcune forme di ipnosi, come la regressione a vite passate, possono essere viste come un parallelo simbolico alla ricerca di saggezza e connessione con le proprie origini, elementi che si ritrovano nel mito della quercia come albero della vita e della conoscenza.

Nonostante le differenze culturali, gli Aztechi, i Celti e gli Indiani d’America condividevano alcuni tratti fondamentali nello sciamanesimo, tra cui la figura dello sciamano come intermediario spirituale, l’uso di stati alterati di coscienza, la connessione con la natura e gli spiriti animali, rituali di guarigione e pratiche di protezione spirituale.

Queste pratiche, sebbene distinte nelle specificità, riflettono una comprensione simile del mondo

come un luogo interconnesso e permeato da spiriti, con gli esseri umani che hanno un ruolo cruciale nel mantenere l'armonia tra il mondo fisico e quello spirituale.

La trance sciamanica non è validata scientificamente, ma riconosciuta per gli effetti simbolici, psicologici e definita come pratica sacra.

La trance di oggi è uno stato modificato della coscienza, uno stato estatico, creativo, artistico che attraverso la concentrazione e l'attenzione interna, in ipnosi, realizza il monoideismo plastico. Come obiettivo finale si pone di raggiungere il benessere fisico e psichico della persona o di un gruppo di persone. Il soggetto, indotto attraverso la comunicazione ipnotica, è rilassato in uno stato vigile, consapevole e concentrato verso il suo interno (focus interiore). La trance e l'ipnotismo oggi vengono validate scientificamente e definite come uno strumento clinico applicato e praticato come supporto e soluzione nei vari ambiti di disagio, difficoltà e malattia di tipo fisico e psichico della persona. ¹⁷

6. EGIZI

Nell'antica civiltà egizia l'“ipnosi” era conosciuta e utilizzata sia come strumento terapeutico, sia come procedimento per ottenere l'anestesia per interventi chirurgici. Una stele egiziana del Re Ramsete della ventesima dinastia, risalente al 3° secolo a.C., costituisce probabilmente la prima documentazione completa di un'induzione ipnotica: esso descrive il metodo impiegato da un faraone per ipnotizzare un giovane suddito, tramite la fissazione dello sguardo su una fonte di luce, esaminando anche su quello che il ragazzo afferma di avere visto e udito mentre era nella condizione di trance. ¹⁸

Ahmes = il figlio della luna

Ahmes fu il primo scriba a scrivere il proprio nome su un documento che trattasse di

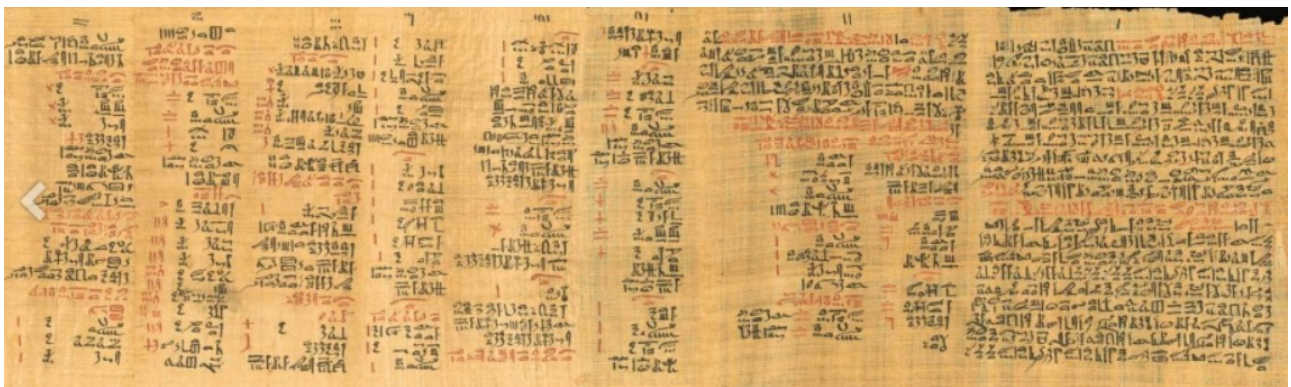
¹⁷ <https://www.treccani.it/>, 11/06/2025.

¹⁸ <https://www.treccani.it/>, 29/07/2025

matematica. Ahmes diede un titolo un po' strano a questo scritto. Lo chiamò "Regole per ottenere la conoscenza di tutte le cose oscure", come se questo papiro permettesse ai lettori di conoscere cose incredibili, inaspettate e all'apparenza senza soluzione.

6.1 PAPIRO DI EBERS

Questo papiro chiamato dal nome del suo scopritore, Georg Moritz Ebers, grande egittologo tedesco. Fu scoperto sotto le antiche rovine di Luxor (Tebe) ora conservato nella biblioteca dell'università di Lipsia.



Il papiro, considerato tra i più lunghi scritti egiziani, risale a circa 1550 a.C. con 110 tavole e 877 paragrafi. Tra questi molti, ma brevi descrivono procedure che oggi potrebbero essere associate all'induzione ipnotica per l'utilizzo dei suoni, movimento, oggetti per focalizzare l'attenzione del malato e portarlo in trance.¹⁹

6.2 PAPIRO DI EDWIN SMITH

Detto anche, per il suo contenuto, il papiro chirurgico e si caratterizza per essere il più recente e il più considerevole per la sua impostazione, la chiarezza clinica e l'alto livello scientifico per la



¹⁹ <https://it.wikipedia.org/>, 29/06/2025

disposizione organica e precisa dei singoli argomenti trattati.

Fu comprato da Edwin Smith, egittologo, a Tebe nel 1862. La figlia di E. Smith incaricò James Henry Breasted per la sua traduzione e fu pubblicata nel 1930.

Il papiro risalente al XVII secolo a.C., può essere diviso in tre parti:

La prima parte tratta argomenti di chirurgia, medicina chirurgica, di terapia esterna e di anatomia.

Le altre due parti descrivono di come medicina e magia procedessero allora parallele, senza che l'una ostacolasse l'altra.

La seconda parte tratta di un incantesimo che aveva lo scopo di allontanare il vento apportatore di epidemia, nell'anno della grande pestilenza.

La terza tratta l'argomento "più magico" non si potrebbe trovare, dal titolo: "libro che produce la trasformazione di un vecchio in un giovane di 20 anni". Ciò naturalmente si doveva ottenere con una serie di incantesimi.²⁰

6.3 PAPIRO DI LONDRA

Questo papiro, dalle cattive condizioni, fu scoperto da Wreszinski Walter egittologo tedesco nel 1892 e nel 1904 Francis Griffith e Herbert Thompson, egittologi, pubblicarono l'edizione più completa del testo.

Scritto circa nel 1200-1300 a. C. per uso della grafia utilizzata, può essere inserito nel periodo dalla morte di Ramsete II alla morte di Ramsete IV.

Contiene 63 ricette e 22 capitoli, descrive formule magiche e incantesimi, ma anche prescrizioni a carattere medico, oculistico, ginecologico e per la cura delle ustioni.

²⁰ <https://it.wikipedia.org/>, 24/06/2025



7. I MAESTRI DI VERITÀ

Le pratiche sciamaniche svolgevano un ruolo fondamentale nell'interpretazione dell'oscuro rapporto tra il mondo greco e l'irrazionale, che si nutriva anche della partecipazione mistica di Lucien-Bruhl (Pisano, 2015): lo sciamanesimo, come esperienza religiosa di tipo individualistico, aveva permesso all'uomo greco di scoprire con sé occulto di natura divina e di dare dunque vita alla nozione di anima immortale (Boekhloven, 2011, pg 116).²¹

In Grecia, successivamente ad un periodo ancora influenzato dallo sciamanesimo, apparve la figura del Maestro di Verità²².

I "maestri di verità" (alētheías didáskaloi) sono figure centrali della cultura e del pensiero greco pre-classico, prima ancora dell'affermarsi della filosofia in senso tecnico. Sono

²¹ Dagli sciamani allo sciamanesimo. Discorsi, credenze: Sergio Botta, Carrocci editore S.p.A. Roma 2018, pg 116

²² Marcel Detienne, I maestri di verità nella Grecia arcaica, Laterza, Bari, 2008

uomini ritenuti detentori di un sapere speciale, capace di rivelare il vero — spesso in contrasto con l'opinione comune (doxa) — e di orientare la vita umana e la comunità.

I maestri di verità erano, essendo mediatori tra gli uomini e il divino, capaci di accedere a una dimensione normalmente preclusa: la verità non era intesa come corrispondenza logico-razionale, ma come svelamento (ἀ-λῆ-θεια = togliere il velo, rendere manifesto ciò che è nascosto). Essi ricoprivano ruoli sociali ben precisi, trascolorando da un alone religioso a razionale, erano poeti ispirati dalle Muse, indovini (iatromántis) interpreti di segni divini, sogni, visioni estatiche, sapienti (sophói) portatori di un sapere fondata sulla ragione e l'esperienza, filosofi che indagavano l'essere con la ragione (logos).

Entrambi possedevano però caratteristiche comuni quali il carisma, non derivante da istituzioni ma dal riconoscimento della comunità e dal legame con il divino, un Sapere speciale. possesso esclusivo di pochi, non accessibile a tutti, e di parola performativa, parola non meramente descrittiva, ma capace di incidere sulla realtà (profetizzare, guidare, guarire, legittimare).

Tutto ciò fece sì che avessero rapporti strettissimi con la medicina nascente, perché entrambi si muovevano in una zona di confine tra sapere tecnico, rivelazione divina e parola efficace

La parola del poeta o del iatromántis, gli epōidáí, erano usate, intrecciando un sapere medico-rituale con il canto poetico. per lenire dolori o guarire malattie.

L'interpretazione dei sogni, delle visioni, delle estasi svelavano l'origine della malattia consentendo di prescrivevano rituali di purificazione o offerte agli dèi. L'approccio più razionale fondato su téchne e osservazione non rinnegava la forza della parola: la cura non era solo tecnica, ma passava anche dalla parola e dal rapporto con il paziente.

8. PITAGORA

Un Maestro di verità particolare è Pitagora

Le informazioni che riguardano la vita di Pitagora (580-500 a. C. circa) sono verosimili, ma non sempre vere. Pitagora venne descritto come un uomo dalla personalità affascinante e magnetica, dotato delle massime qualità, dalla bellezza alla saggezza che sarebbe stato al servizio del genere umano eccellentemente in ogni campo della vita. Dalle varie scritture emerge che Pitagora arricchì le sue competenze in geometria dagli Egiziani, dai Fenici l'aritmetica, dai Caldei l'astronomia, dagli Ebrei l'arte di interpretare i sogni e fece propri gli insegnamenti dai saggi Indiani, Celti e Iberici. Tutto questo spiegherebbe il suo forte legame con l'ambito della terapia curativa magica, matematico-geometrico e astronomico.²³

Grazie a Pitagora nacque una scuola, caratterizzata da una scrupolosa selezione di ammissione sia per maschi che per femmine. Essi dovevano dimostrare la capacità di rispettare un insegnamento rigoroso, la capacità di applicarsi con risolutezza nelle materie come la medicina, la dietetica, la musica, la ginnastica, la filosofia, l'astronomia e la matematica. Non vi era la libertà di agire in autonomia.

Gli insegnamenti di Pitagora si caratterizzavano dall'intensa relazione con il sacro, con le credenze escatologiche e con divinità ctonie.

Pitagora insegnava ai propri allievi, a far praticare varie forme di purificazione verso se stessi come l'astensione dalla carne animale o altre forme di alimentazione che avrebbero potuto ostacolare la lucidità mentale, attraverso l'esercizio del silenzio e dell'ascolto per dominare le passioni e garantire l'armonia e le pratiche di allenamento alla moderazione, all'eliminazione delle forme di invidia e odio verso il prossimo.

Per i Pitagorici, l'armonia doveva stabilirsi tra tutti gli esseri, dalle entità divine a quelle animali, per cui si nutriva il medesimo rispetto, ma doveva anche riguardare il rapporto

²³ Pitagora vita, dottrina e influenza di Chirstoph Riedweg; traduzione Vita e pensiero Milano 2007, pg 55

tra anima e corpo, provando compassione e dedicando cura all'involucro di carne che era a protezione del seme dell'immortalità.

Una delle dottrine fondamentali pitagoriche, è quella della trasmigrazione e della reincarnazione delle anime e di dettami che ruotano e agiscono sullo stile di vita umano. Il corpo e l'anima sono distinti ed è per questo che il corpo deve attenersi ad un regime rigido di regole e divieti per tutelare il destino dell'anima.

L'altra dottrina è data dalla centralità del numero, quale principio ordinatore dell'universo.

“Pitagora pensava che la musica portasse un grande giovamento alla salute, qualora a cui ad essa ci si dedicasse con gli atteggiamenti opportuni. Infatti, la riteneva un mezzo non secondario per procurare la catarsi. Questo era il nome che attribuiva alla cura che operava attraverso la musica. Vi erano certe melodie composte per le passioni dell'anima, per gli scoraggiamenti e le depressioni, che riteneva fossero di enorme giovamento. Altre erano per l'ira e per gli eccitamenti e per tutte le altre simili perturbazioni dell'animo. Inoltre, c'era una musica di altro tipo trovata contro i desideri. I Pitagorici erano soliti a danzare. Si servivano della lira come strumento; consideravano, infatti, il suono dei flauti violento, assolutamente indegno per uomini liberi. Inoltre si servivano per la correzione dell'animo della recita di versi scelti di Omero ed Esiodo .”²⁴

Di lui scriveva Porfirio:

“Leniva con ritmi e parole magiche le sofferenze dell'animo e del corpo. E ciò si adattava ai suoi amici, ma egli ascoltava l'armonia dell'universo percependo l'armonia universale delle sfere e degli astri che si muovono in esse, la quale noi non sentiamo a causa dell'insufficienza della nostra natura.”²⁵

Le pratiche più importanti dei Pitagorici possiamo così sintetizzarle:

--- la disciplina del silenzio, che consisteva sia nel mantenere il silenzio da parte dell'adepto per i primi anni di frequentazione della Scuola, sia una pratica del silenzio come un mezzo per

²⁴ Iambl. V. P. 110-111.

²⁵ Pitagora e le origini della matematica, Grandangolo Scienza, RCS MediaGroup S.p.A., Milano 2016

equilibrare la mente e collegarsi con il Sé profondo

--- la respirazione diaframmatica, ovvero centrata nelle prapides, come si può dedurre dalle parole di Empedocle, devotissimo a Pitagora;

--- l'anamnesis, ovvero la pratica della mnemosiynia della consapevolezza, attraverso la sintesi serale della giornata al suo fine, che si espande fino alla rievocazione delle incarnazioni precedenti;

--- la musica, che è pratica dell'armonia degli opposti, fronte di rigenerazione, di pacificazione e di bilanciamento interiore, di relazione con il nous e di espansione cosmica della coscienza;

--- la riconnessione con il nous, il Sé profondo o superiore, il vero fulcro della personalità, che va oltre il cosmo, per la connessione (homòsis) con l'Originale, come accade nell'Induismo, in cui il Sé individuale (Atman) corrisponde al Sé cosmico (Brahman).

La connessione con il nous può essere compiuta grazie alla "famigliarità con gli Dei, nelle veglia e nel sonno" e alla liberazione da ostacoli e legami, quali l'ira, il dolore, il piacere, le bramosie e "l'inconsapevolezza, che è la più malvagia e pericolosa di tutte." ²⁶

9. DALL'EGITTO ALL'ANTICA GRECIA

In sintesi, i maestri di verità e i primi medici condividono:

- l'idea che la malattia sia un enigma da decifrare;
- la convinzione che la parola abbia potere terapeutico;
- la funzione sociale di custodi di un sapere che tocca la vita e la morte.

Il sogno si presenta nelle culture più disparate nel tempo e nello spazio come un'esperienza eccezionale. I greci hanno, nel corso dei secoli valorizzato il fenomeno del sogno in varie forme dedicandogli trattati, manuali, riflessioni ed elaborazioni concettuali, racconti e poesie. L'incontro tra uomo e divino si svolgeva durante il rito dell'incubazione.

²⁶ Pitagora il maestro segreto, Angelo Tonelli; giangiacomo feltrinelli Editore Milano 2025, pg 8.

Nel territorio coabitato dalle popolazioni greco-romane coesistono differenti tipologie di medicina: razionale, templare e magica a cui si affiancano rimedi popolari sviluppati da pratiche spicciole e dal patrimonio della tradizione (Plutarco afferma che oltre i rimedi comuni, di consueto ci si affidava a riti incubatori, purificazioni e uso di amuleti).²⁷

La medicina templare esclude tutto ciò che è razionale attribuendo la guarigione all'intervento della divinità. Nel contempo, però, trova alleanza con la medicina razionale con il concetto di "purificazione", il punto di partenza comune. *"Non si oltrepassa il recinto sacro al dio senza essersi sottoposti alla rigida sequela di azioni che rendono "puri", come "pura" deve essere la condotta di vita e la prassi di un medico; in aggiunta con il passare del tempo spicca la proposizione di tecniche e rimedi simili, come testimonia il confronto tra la documentazione dei santuari e quella letteraria."*²⁸

Dal punto di vista della medicina "magica" la malattia è causata dall'invasione delle forze esterne, sia magiche sia demoniache. I rimedi si basano su cerimonie di purificazione, incantamenti associati a divieti riguardanti il cibo, modi di comportamento e l'uso di bagni.

Nei suoi poemi, Omero si sofferma sull'origine dei sogni (generati dall'esterno: da dei o demoni o dall'interno: dal corpo e dall'anima). Egli li distingue tra significativi, ovvero i mediatori con il mondo extra-umano e guida nel vivere quotidiano e non significativi. Il sogno inviato dagli dei necessita di un atto religioso o l'adempimento di certe indicazioni che ha lasciato prova in numerosi scritti dove si descrive che l'azione è avvenuta in base ad un sogno apparso al fedele mentre dormiva.²⁹

È qui che si situa la differenza dei medici ippocratici che trasformano il "carisma" del maestro di verità in una *téchne* trasmissibile, basata su osservazione e razionalità.

²⁷ Daniela Rigato Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 11

²⁸ Daniela Rigato Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 13

²⁹ Daniela Rigato Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 14

10. INCUBAZIONE NEI TEMPLI DEL SONNO

Nella pratica del culto di Asclepio, divinità guaritrice per eccellenza; colui che risana dolcemente, figlio di Apollo e di una donna mortale, si può rintracciare una serie di fenomeni ipnotici usati nel corso dei riti religiosi a scopo terapeutico.

Iatromanzia viene definito il sogno mandato da Asclepio. Si tratta di una pratica divinatoria a sfondo religioso-terapeutico praticata dai sacerdoti presenti nei templi e testimoniata da scritti rinvenuti in alcuni importanti santuari del dio.³⁰

L'acqua, nella medicina templare e anche per i medici naturalisti (Galeno attivo tra Grecia e Roma nel II sec. d.C.), svolge un ruolo importantissimo, le sue proprietà terapeutiche vengono sfruttate nell'ambito della corretta igiene e nella pratica dei bagni. Nell'ambito religioso, la sua azione si svolge su tre livelli: purifica e cancella il passato; favorisce la rigenerazione; dona fecondità, forza, salute e conoscenza. Da qui si deduce che i templi dedicati alle divinità guaritrici si sviluppano in zone connesse a punti d'acqua con qualità terapeutiche o meno.

Nei templi ove si pratica l'incubazione, il sonno durante il quale appare la divinità al paziente e gli apporta guarigione e indicazioni mediche, l'acqua interviene in vari momenti.³¹

Il supplice dopo essersi purificato e aver fatto un'offerta all'altare del santuario, poteva entrare nel luogo sacro del tempio e si coricava per dormire. I sacerdoti del culto, che operavano nei templi del Sonno, somministravano l'acqua della fonte sacra per favorire l'incontro con dio e si servivano dell'induzione in uno 'stato artificiale' di sonno, appunto, per esercitare sul malato che partecipava al rito, le proprie capacità terapeutiche: il malato passava la notte nel tempio per avere un sogno (spontaneo o provocato per suggestione), che al risveglio il sacerdote interpretava per la diagnosi e la

³⁰ Daniela Rigato *Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri*, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 15

³¹ Daniela Rigato *Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri*, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 17

terapia.

Alla fine doveva essere fatta un'offerta di ringraziamento al tempio (scultura di corpo in terracotta raffigurante la parte del corpo ammalata).³²



³² Daniela Rigato Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri, Pàtron editore, Bologna 2013, pg 31

11. EBREI - VECCHIO TESTAMENTO

Il Vecchio Testamento dopo l'episodio citato più sopra del sonno analgesico di Adamo, non cita episodi evidentemente riconducibili a procedure ipnotiche: gli eventi prodigiosi dell'Antico Testamento non sono mai compiuti da uomini, ma da Dio tramite uomini da lui eletti per uno scopo preciso, siano essi profeti o taumaturgi.

Da essi si può intuire una conoscenza in piccola parte con finalità analgesiche o di guarigione, ma per lo dedica alla mantica e alle profezie che, queste si appaiono avvenire in stati modificati di coscienza.

Vi sono alcuni passi biblici a scrivibili a questa interpretazione

La visione di Abramo di Genesi 15:12-16:

“Mentre il sole stava per tramontare, un torpore cadde su Abram, ed ecco un oscuro terrore lo assalì. Allora il Signore disse ad Abram: «Sappi che i tuoi discendenti saranno forestieri in un paese non loro; saranno fatti schiavi e saranno oppressi per quattrocento anni. Ma la nazione che essi avranno servito, la giudicherò io: dopo, essi usciranno con grandi ricchezze. Quanto a te, andrai in pace presso i tuoi padri; sarai sepolto dopo una vecchiaia felice. Alla quarta generazione torneranno qui, perché l'iniquità degli Amorrei non ha ancora raggiunto il colmo”

La profezia di Ezechiele 37:1-14:

La mano del Signore fu sopra di me e il Signore mi portò fuori in spirito e mi depose nella pianura che era piena di ossa; mi fece passare accanto a esse da ogni parte. Vidi che erano in grandissima quantità nella distesa della valle e tutte inaridite. Mi disse: "Figlio dell'uomo, potranno queste ossa rivivere?". Io risposi: "Signore Dio, tu lo sai". Egli mi replicò: "Profetizza su queste ossa e annuncia loro: "Ossa inaridite, udite la parola del Signore. Così dice il Signore Dio a queste ossa: Ecco, io faccio entrare in voi lo spirito e rivivrete. 6Metterò su di voi i nervi e farò crescere su di voi la carne, su di voi stenderò la pelle e infonderò in voi lo spirito e rivivrete. Saprete che io sono il Signore"". Io profetizzai come mi era stato ordinato; mentre profetizzavo, sentii un rumore e vidi un movimento fra le ossa, che si accostavano l'uno all'altro, ciascuno al suo corrispondente. Guardai, ed ecco apparire sopra di esse i nervi; la carne cresceva e la pelle le ricopriva, ma non c'era spirito in loro. Egli aggiunse: "Profetizza allo spirito, profetizza, figlio

dell'uomo, e annuncia allo spirito: "Così dice il Signore Dio: Spirito, vieni dai quattro venti e soffia su questi morti, perché rivivano". Io profetizzai come mi aveva comandato e lo spirito entrò in essi e ritornarono in vita e si alzarono in piedi; erano un esercito grande, sterminato.

Mi disse: "Figlio dell'uomo, queste ossa sono tutta la casa d'Israele. Ecco, essi vanno dicendo: "Le nostre ossa sono inaridite, la nostra speranza è svanita, noi siamo perduti". Perciò profetizza e annuncia loro: "Così dice il Signore Dio: Ecco, io apro i vostri sepolcri, vi faccio uscire dalle vostre tombe, o popolo mio, e vi riconduco nella terra d'Israele. Riconoscerete che io sono il Signore, quando aprirò le vostre tombe e vi farò uscire dai vostri sepolcri, o popolo mio. Farò entrare in voi il mio spirito e rivivrete; vi farò riposare nella vostra terra. Saprete che io sono il Signore. L'ho detto e lo farò".

Il passo di Genesi 37:1-14, in cui Giuseppe, figlio prediletto di Giacobbe, racconta al padre e ai suoi fratelli due sogni che preannunciano il suo futuro dominio su di loro.

“Giacobbe si stabilì nel paese dove suo padre era stato forestiero, nel paese di Canaan. Questa è la storia della discendenza di Giacobbe. Giuseppe all'età di diciassette anni pascolava il gregge con i fratelli. Egli era giovane e stava con i figli di Bila e i figli di Zilpa, mogli di suo padre. Ora Giuseppe riferì al loro padre i pettegolezzi sul loro conto. Israele amava Giuseppe più di tutti i suoi figli, perché era il figlio avuto in vecchiaia, e gli aveva fatto una tunica dalle lunghe maniche. I suoi fratelli, vedendo che il loro padre amava lui più di tutti i suoi figli, lo odiavano e non potevano parlargli amichevolmente. Ora Giuseppe fece un sogno e lo raccontò ai fratelli, che lo odiarono ancor di più. Disse dunque loro: «Ascoltate questo sogno che ho fatto. Noi stavamo legando covoni in mezzo alla campagna, quand'ecco il mio covone si alzò e restò diritto e i vostri covoni vennero intorno e si prostrarono davanti al mio». Gli dissero i suoi fratelli: «Vorrai forse regnare su di noi o ci vorrai dominare?». Lo odiarono ancora di più a causa dei suoi sogni e delle sue parole. Egli fece ancora un altro sogno e lo narrò al padre e ai fratelli e disse: «Ho fatto ancora un sogno, sentite: il sole, la luna e undici stelle si prostrarono davanti a me». Lo narrò dunque al padre e ai fratelli e il padre lo rimproverò e gli disse: «Che sogno è questo che hai fatto! Dovremo forse venire io e tua madre e i tuoi fratelli a prostrarci fino a terra davanti a te?»³³

Le visioni profetiche del libro di Daniele, in cui il protagonista Daniele sperimenta visioni e sogni profetici, sia durante il sonno che in stato di veglia, ricche simboli, la cui interpretazione dona

³³ <https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Dn/>

speranza al popolo ebreo, sottoposto a persecuzioni nel II sec a.C. per opera del re di Siria Antioco I. ³⁴

Da un certo punto di vista ci si trova in un contesto simile a quello dei Maestri di Verità greci, occorrendo però rintracciare la caratteristica precipua di costoro: la parola efficace.

Nell'Antico testamento il verbo più frequente è 'amar che ricorre 5282 volte indicando il dire, il parlare.

In Genesi 1,3 si legge

"In principio... Dio disse ('amar): Sia la luce! E la luce fu"

Ma in Genesi 15,1 si legge:

"Dopo tali fatti (dabar), fu rivolta ad Abram, in visione, questa parola (dabar) del Signore"

Il sostantivo dabar ritorna nell'Antico Testamento 1.440 volte, mentre il verbo relativo 1.125 volte.

La radice ebraica א.מ.ר (A.M.R.) significa "dire" o "parlare", e da essa derivano parole come אָמַר (Amar), che significa "dire", e אִמְרָה (Imrah), che significa "parola" o "detto", מְאָמַר (Meomer) "dichiarazione".

La parola דָּבָר (davàr) in ebraico biblico ha un significato molto ricco e sfaccettato significando sia la parola, sia la parola autorevole, l'ordine, il comando, sia la cosa, l'evento: dire qualcosa (dabar) non è mai un puro segno convenzionale, ma realtà viva ed efficace, capace di trasformare il mondo, La parola non soltanto descrive, ma: fa accadere, fa esistere.

Inoltre dalla stessa radice trilittera דָּבַר (D-B-R) deriva דִּבְּוֹר (dibbur) il discorso, il mormorio e di qui D'vorah (דְּבוּרָה), indicando sia l'ape che la profetessa Deborah giudice di Israele (Giudici 4-5).

In tal modo dabar è polisemantico indicando la forza l'operosità dell'ape e la parola giusta che contiene la parola di Dio.

Parola di Dio (Dabar Adonai) che è rappresentata dalle, 613 mitzvot (comandamenti) della Torah, 613 come i semi del Melograno, probabilmente l'edenico albero della vita.

³⁴ <https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Dn/>



L'ape quindi porta con sé il simbolismo della parola attiva, della profezia e della trasmissione del sapere, rimandando all'esercizio di una parola efficace, ideoplastica.

La parola (dabar) è espressione della capacità umana di dare forma alla realtà attraverso il linguaggio forza creatrice.

Curiosamente essa appare nel Nuovo Testamento in congiunzione al suo velarsi dietro il termine assai meno evocativo del logos.

Nei Vangeli si narrano diversi miracoli compiuti da Gesù per tramite di una parola efficace

Dalla guarigione del cieco in Giovanni 9,6-7

“Detto questo sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: «Va' a lavarti nella piscina di Siloe (che significa Inviato)». Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva.

alla guarigione dell'emorroissa in Matteo 9,20-22.

“Ed ecco una donna, che soffriva d'emorragia da dodici anni, gli si accostò alle spalle e toccò il lembo del suo mantello. Pensava infatti: «Se riuscirò anche solo a toccare il suo mantello, sarò guarita». Gesù, voltatosi, la vide e disse: «Coraggio, figliola, la tua fede ti ha guarita». E in quell'istante la donna guarì.”

all'indemoniato di Gerasa in Marco 5, 2-15

“Gli venne incontro un uomo posseduto da uno spirito impuro. Costui aveva la sua dimora fra le tombe e nessuno riusciva a tenerlo legato, neanche con catene, perché più volte era stato legato con ceppi e catene, ma aveva spezzato le catene e spaccato i ceppi, e nessuno riusciva più a domarlo. Continuamente, notte e giorno, fra le tombe e sui monti, gridava e si percuoteva con pietre. Visto Gesù da lontano, accorse, gli si gettò ai piedi e, urlando a gran voce, disse: «Che vuoi da me, Gesù, Figlio del Dio altissimo? Ti scongiuro, in nome di Dio, non tormentarmi!». Gli diceva infatti: «Esci, spirito impuro, da quest'uomo!». E gli domandò: «Qual è il tuo nome?». «Il mio nome è Legione - gli rispose - perché siamo in molti». E lo scongiurava con insistenza perché non li cacciasse fuori dal paese. C'era là, sul monte, una numerosa mandria di porci al pascolo. E lo scongiurarono: «Mandaci da quei porci, perché entriamo in essi». Glielo permise. E gli spiriti impuri, dopo essere usciti, entrarono nei porci e la mandria si precipitò giù dalla rupe nel mare; erano circa duemila e affogarono nel mare.

I loro mandriani allora fuggirono, portarono la notizia nella città e nelle campagne e la gente venne a vedere che cosa fosse accaduto. Giunsero da Gesù, videro l'indemoniato seduto, vestito e sano di mente, lui che era stato posseduto dalla Legione, ed ebbero paura.”

12. MEDICINA INDUISTA

La medicina tradizionale induista o Ayurveda dalle origini antichissime (le prime tracce risalgono a oltre 5000 anni fa) non è soltanto un sistema di cure, ma un concetto completo di vita che ingloba aspetti fisici, spirituali e mentali. L'Ayurveda concepisce la salute come armonia tra corpo, mente e spirito, mentre la malattia esprime come squilibrio di questi aspetti. I primi scritti risalgono a circa 1500 a. C. Parliamo di Veda in specifico di Atharva Veda, testi sacri indiani, nei quali si ritrovano informazioni inerenti alla medicina e alle sue pratiche.

Questi rituali iniziavano con canti e danze, accompagnati di suoni di tamburi e campane e spesso venivano alternati con musica di strumenti a corda e flauti di bambù.

I partecipanti iniziavano a danzare con passi leggeri con movimento continuo di

rotazione, recitando e pronunciando parole mistiche a cadenza ritmica fino a raggiungere quello che attualmente sarebbe descritto come uno stato di trance.

Possiamo dire che le pratiche usate avevano l'obiettivo di, attraverso l'alterazione di coscienza e il rilassamento, promuovere la guarigione e il benessere fisico, mentale e spirituale.

Anche meditazione e yoga hanno l'obiettivo di controllare la mente e il corpo attraverso tecniche di respirazione, posizioni fisiche e di concentrazione. Queste pratiche possono indurre uno stato di rilassamento profondo e alterazione della coscienza simili a quelli osservati durante "l'ipnosi."

La medicina induista utilizzava anche tecniche di visualizzazione, dove il malato era guidato ad immaginare scene positive e di guarigione. Questo effetto, in un contesto spirituale, potremmo in parte definirlo come analogo alla suggestione "ipnotica" che influenzando il sistema nervoso promuove e facilita la guarigione.

La medicina induista non mostra una forma di "ipnosi" come la intendiamo oggi, ma incorpora pratiche che possono essere considerate precursori "dell'ipnosi", come lo yoga, la meditazione e tecniche di visualizzazione.

Se però rivolgiamo lo sguardo verso Bali, ove si è preservata la forma meno adulterata dell'induismo originario, avremo la possibilità di annotare diverse pratiche simil ipnotiche, che si declinano come terapie³⁵.

La più antica è la danza magica del Kecak.

Cento uomini disposti in cerchi concentrici intorno ad un altare di candele, incenso ovunque.

Un bramino entra e spruzza di acqua santa (tirtha) l'altare ed i cento uomini, scandendo con la voce un solitario oh-oh-oh, costante, ossessivo 4/4, fulcro immutabile attorno a cui si dipana tutto il rito.

Gli uomini seduti a gambe incrociate improvvisamente scandiscono poliritmicamente KecaKecaKecacKecaKecaKecaKecaKecac.

Le voci s'incrociano, fino a che un grido secco ed imperioso non le sovrasta; il cerchio si apre alla danza narrativa di Rama e Sita, di Rawana e Megananda, di Garuda e Hanuman, il re delle scimmie.

L'ostinato in 4/4 e il poliritmico kecak si rincorrono in sequenze ritmiche a tre, cinque e sette battute, volte a evocare la triplice divinità, le quintuplici direzioni, i settuplici pianeti.

³⁵ Foppiani E.: "Bali Fantome", in "Terre alchemiche" Radure n°6, Anno VI, Moretti e Vitali, Bergamo, 2002, pg. 74-118

Gli uomini, sempre seduti, coi tronchi nudi, unti d'olio s'inclinano a destra e a sinistra, le spalle s'avvitano in movimenti circolari, le mani ora si levano al cielo, ora si appoggiano sulle ginocchia, ora si agitano come ali d'uccelli.

È il coro delle rane innamorate cantato nel Ramayana, ma è anche la danza dell'esercito di scimmie di Rame alla conquista di Sita che da sempre gli uomini eseguono per far cadere in estasi le donne trasmutandole in *legong*, sacre mediatrici fra il piano divino e quello terreno, riequilibratrici dell'armonia e del benessere dell'intero universo.



Poi c'è la cura della comunità, del benessere sociale e collettivo, il **sanghyang dedari**.

La leggenda narra che delle fanciulle stessero cantando e ballando vicino ad un tempio durante un'epidemia e che una di loro fu posseduta da uno spirito. Da allora la musica, il ballo e la trance (sanghyang), l'estasi divennero tecniche salvifiche contro catastrofi o epidemie.

In queste occasioni si va al tempio, immersi nel suono del *gamelan*, nell'odore dell'incenso, nelle danze rituali; qui qualcuno verrà posseduto da un *dewa* o un *butha*, divenendo sanghyang.

L'esperienza della trance non è un'allegoria religiosa, esse si manifestano in diversissimi gradi, combinazione della persona e del dewa coinvolti, coprendo così tutta quanta la fenomenologia degli stati modificati di coscienza.

Essere posseduti da un dio è un rischio, uno sporgersi incerto sul brulicante mondo delle forze invisibili, sulla tenebra impenetrabile e sulla luce accecante, ma essere *sanghyang* è anche essere *nadi*, creativi, in virtù di essere degli esistenti nei pressi degli dei, di divenire abili ed attenti decifраторi dei segni più discreti di qualcosa che è concreto, reale, denso.

Essere *nadi* permette di cogliere le ispirazioni, le idee, i pensieri, le immagini dell'inconscio più profondo, di farle impigliare lungo la rete della nostra mente cosicché divengano ispiranti per il gruppo sociale di comportamenti trasformativi e creativi.



Da ultimo il piano individuale, quello della crescita e del benessere personale, quello della manutenzione ottimale del corpo e dello spirito.

Qui entrano in gioco i *mantras* e la meditazione.

Il *pedanda siwa* passa le sue ore lavorando alla propria trasformazione

Inizia sempre con una meditazione concreta, su un oggetto del proprio ambito personale oggetto o su una parte del corpo, accompagnando il ritmico riempirsi e svuotarsi dei polmoni con la recitazione dei mantras.

Per lo più incomincia dalle dita della mano, ogni dito un *mantra* e, nel frattempo che uno dopo l'altro i canti si sommano e si intrecciano con la respirazione, ne risulta un scintillante alternarsi ritmico di melodie sillabiche volte a scolpire il corpo e l'anima.

Ogni suono, ogni fonema corrisponde ad una nozione definita, in relazione col suo luogo di articolazione, con la natura dell'attività muscolare, con l'altezza del tono, la sua durata, sino ad attribuire una serie di qualità comuni a ciascuna categoria di lettere o elementi fonetici articolati.

Le vocali e le consonanti semplici sono femminili, le sibilanti e le aspirate neutre, le gutturali sacerdotali, *Brahamana*, per invocare gli dei; le cerebrali, le palatali e le dentali guerriere, *Ksatriya*, per l'azione ed il dovere; le labiali e le liquide sono mercanti, *Wesya*, persuadono e

propiziano; le sibilanti e le aspirate sono artigiane, *Sudra*, per le più basse forme di magia.

Ventitremilaottococinquanta sono le sillabe possibili.

Queste sono le radici del potere degli dei, della parola, l'eco di tutto ciò che è manifesto.

Combinandole si possono formare settanta milioni di *mantras* principali ed infiniti *mantras* secondari.

I *mantras* sono vivi, passando da uomo ad uomo oralmente e morendo, divenendo inutilizzabili se la catena si interrompe, i *mantras* sono azioni, nuovamente corrispondenza di parola ed evento, parola creatrice che feconda e genera.

“Il labbro superiore è Siwa quello inferiore Shakti, il loro muoversi è la copula, il suono è lo sperma.”

Tutto questo, è accompagnato dai *mudras*, da svariati, complessi ed armoniosi, movimenti delle mani, dal fremere instancabile della campanella, dal proiettare la *tirtha*, la sacra acqua, tutto intorno con il *lis*, oggetto composto da steli di palma che simboleggia l'albero della vita.

Ogni *mantra* è pensato come una vibrazione che scuote il corpo e la psiche, che iniziando da sopra il cranio, percorre tutta una serie di organi e fuoriesce dalle dita delle mani per andare a far comparire nella mente l'oggetto sottile di meditazione, trasformare la propria *yeh* (acqua) in *tirtha* (acqua sacra) allontanandosi da ogni negatività essenziale.

Bisogna concentrare la vibrazione del *mantra* lungo la colonna immaginale del *lingam* di Siwa, farla passare di loto in loto, e sono undici, attuando ad ogni passo l'identificazione, l'unità col dio.

È il mantra delle dieci forze, delle otto direzioni, più l'alto e il basso, è il mantra dell'intero corpo del *pedanda*.

I suoi capelli, la testa con la fontanella, il labbro, la faccia, la lingua, il collo, il cuore, la pancia, l'ombelico, il sesso, i piedi sono enumerati dai suoni.

Ogni suono un loto, ogni loto un mantra.



Con la pratica costante, con la ripetizione assidua, con la quotidiana attribuzione di sillabe e divinità e direzioni e colori e sapori e odori e sensazioni alle singole parti dell'organismo si stabilisce una rete di significanti che avvolge e penetra ogni elemento del corpo.

Il corpo si trasforma in strumento musicale, la mente in musicista.

Ogni suono reca un messaggio, una suggestione, una ideoplasia, basterà che si evochino certe immagini, certi colori, certi suoni, basterà che si manifestino certe associazioni, che una storia si sposi con un gesto della mano ed un mantra, per poter provocare complessi effetti muscolari, neuroendocrini, psichici, spirituali e ripercorrendo la via in senso inverso ogni movimento, ogni secrezione, ogni pensiero, ogni meditazione evocherà immagini, storie, suoni, colori.

BIBLIOGRAFIA

- Arcella Luciano, Pisi Paola, Scagno Roberto, Confronto con Mircea Eliade. Archetipi mitici e identità storica, Jaca Book, Milano, 1998.
- Botta Sergio, Dagli sciamani allo sciamanesimo. Discorsi, credenze, Carrocci Editore S.p.A. Roma, 2018.
- Bourguignon Erika, Religion, Altered States of Consciousness, and Social Change, Ohio State University Press Columbus, 1973.
- Court John by Rev. Lee F. Pelletier, Review of Hypnosis, Healing & The Christian, 2002.
- De Beaune S. (1998), Chamanisme et pré histoire. Un feuilleton à épisodes, in "L'Homme".
- De Benedictis Giuseppa, Loredio Camillo, Mammini Claudio, Rago Nicolino, Trattato di ipnosi. Dai fondamenti teorici alla pratica clinica, Franco Angeli Edizione S.r.l. Milano, 2021.
- Detienne Marcel, I maestri di verità nella Grecia arcaica, Laterza, Bari, 2008.
- Di Pisa Erminio, Ipnosi dalla A alla Z, Anima edizioni, Milano 2007.
- Eliade Mircea, Lo sciamanesimo e le tecniche dell'estasi, Edizioni Mediterranee 1974.
- Fabbro Franco, Ipnosi e cervello sociale, Neuroscienze e filosofia politica, Mimesis Edizioni Milano-Udine 2023, Mimedizioni Srl.
- Findeisen H. (1957), Schamanentum, dargestellt am Beispiel der Besessenheits priester nordeurasiatischer Völker, W. Kohlhammer Verlag (Urban Bücher 28), Stuttgart.
- Foppiani E., "Bali Fantome", in "Terre alchemiche" Radure n°6, Anno VI, Moretti e Vitali, Bergamo, 2002.
- Grandangolo Scienza, Pitagora e le origini della matematica, RCS MediaGroup S.p.A., Milano, 2016.
- Grimaldi, Socrate lo sciamano, Asterios Editore, 2012.
- Guidorizzi Giulio, Il compagno dell'anima: i Greci e il sogno, Raffaello Cortina Editore, 2013.
- Harari Yuval Noah, Sapiens, Da animali a dèi. Breve storia dell'umanità, Bompiani. Milano, 2011.

- Kirchner H. (1952), Eine archäologischer Beitrag zur Urgeschichte des Sciamanismus, in “Anthropos”.
- Laurent-Arthur-Laurent Stephan, Il medico e lo sciamano, Carocci, Roma, 2025.
- Lewis Joan M., Le religioni estatiche: studio antropologico sulla possessione spiritica e sullo sciamanismo, Ubaldini, 1972.
- Loredio Camillo Ipnosi dalla A alla Z, Anima edizioni, Milano, 2007.
- McClenon James, Guarigione sciamanica, evoluzione umana e origine della religione, Northern Illinois University Press, 2002.
- Müller K. E. (2001), Sciamanismo, Guaritori, Spiriti, Rituali, Bollati, Boringhieri, Torino.
- Naar K. (1955), Interpretation altsteinzeitlicher Kunstwerke durch völker-kundliche Parallelen, in “Anthropos”.
- Noll Richard, Mental Imagery Cultivation as a Cultural Phenomenon: The Role of Visions in Shamanism by, Current Anthropology Vol. 26, No. 4, August-October 1985.
- Pintar Judith and Jay Lynn Steven, Hypnosis: A Brief History, Wiley-Blackwell, 2008.
- Pisa Erminio, Atti del Gruppo di Lavoro dei Didatti dell'Istituto Franco Granone CIICS.
- Riedweg Christoph, Pitagora vita, dottrina e influenza; traduzione Vita e pensiero, Milano, 2007.
- Rigato Daniela, Gli dei che guariscono: Asclepio e gli altri, Pàtron editore, Bologna 2013.
- Seymour-Smith Charlotte, Dizionario di antropologia, Firenze, Sansoni, 1991.
- Tonelli Angelo, Pitagora il maestro segreto, Giangiacomo feltrinelli Editore Milano, 2025.

LINKOGRAFIA

- <https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Dn/>
- Ipnosi, Enciclopedia Treccani, [https://www.treccani.it/enciclopedia/ipnosi_\(Universo-del-Corpo\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/ipnosi_(Universo-del-Corpo)/)