

GIUSEPPE ANTONIO IACI

PSICOLOGIA RELIGIOSA
PATOLOGIE PSICHICHE DELL'ESPERIENZA RELIGIOSA
INCONSCIO NATURALE RELIGIOSO
E CONCETTO DI PSICOTERAPIA RELIGIOSA

IL GIORNO, LA NOTTE

Svegliatomi la mattina, esaminavo me stesso e la necessità di dover dormire e mi chiedevo, perché? Può Dio aver commesso un errore? Può Dio aver creato delle creature deboli? Ma se è vero, biblicamente parlando, che ha creato il giorno e la notte, quale può esserne il motivo? Ecco che lavorando con analogie e simbolismi ho pensato di studiare questo fenomeno sia a livello Divino che a livello umano. Poi mi sono chiesto, la notte durante il sonno cosa avviene? L'uomo è come morto o continua a vivere una esistenza diversa di quella del giorno? Che differenza c'è tra la morte e il sonno? Spesso accenniamo a sogni che viviamo durante il sonno, quindi la nostra mente continua ad elaborare pensieri ed azioni. Se dunque sogniamo siamo vivi; se siamo vivi perché spesso non ricordiamo quello che succede durante i sogni? Cosa nascondono i sogni? C'è chi si ricorda di sognare e chi invece dice di non sognare. Esaminerò i motivi che possono aver indotto il creatore a donarci il giorno e la notte e cercherò di capire cosa avviene nel sonno e del perché dei sogni.

1. il giorno e la notte

Che cosa è il giorno e cosa è la notte? Esaminiamo la creazione. “In principio...” significa prima che ogni cosa esistesse. Quindi l'uomo non era ancora stato creato. << *Dio disse: “sia la luce! “. E la luce fu. Dio vide che la luce era cosa buona e separò la luce dalle tenebre e chiamò la luce giorno e le tenebre notte. E fu sera e fu mattina: primo giorno.*>>¹ Dio chiama il giorno “Luce” e la notte “Tenebre”. Abbiamo quindi due effetti diversi della creazione. Che necessità c'era di luce e di tenebre? Cosa si intende per luce e cosa si intende per tenebre? Secondo un uso comune dei termini si intende per luce il bene e per tenebre il male. Ma allora Dio creò il bene, ma creò anche il male? Nelle tenebre avvengono le cose più brutte e nella luce le cose più belle. Ma cosa è brutto e cosa è bello? Stiamo parlando della creazione, cioè la creazione dove poi sarà posto l'uomo, quindi il giorno e la notte sono riferiti alla creazione dell'uomo. Dio quindi desidera il male per l'uomo? Può un Padre desiderare il male per i propri figli? *E fu sera e fu mattina: primo giorno*, si chiama giorno sia la sera che il mattino, sia la luce che le tenebre, ma allora cosa è la notte? Anche nel nostro calendario chiamiamo giorno sia il mattino che la sera. Un giorno è formato di 24 ore di cui 12 sono giorno e 12 sono notte. Allora non si parla di tenebre inteso come male ma si parla di notte. << *Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò.*>>¹ L'uomo viene creato ad immagine e somiglianza del Creatore. Che

significa quindi ad immagine e somiglianza? Significa che siamo “come” Dio? Quindi Dio ha bisogno del giorno e della notte? Ma sappiamo che Dio non ha bisogno di riposare, per Lui esiste solo la luce. Ma allora perché abbiamo bisogno della notte? La notte è una parte del giorno e non è diversa del giorno ma solo una sua parte, e a cosa serve? << *All’inizio della creazione, il Signore di tutti gli esseri popolò l’Universo di uomini e di Deva.* >> ² Anche gli Induisti hanno nei loro scritti sacri – Veda – la creazione e parlano che il primo essere creato è proprio l’uomo. << *Adamo si unì a Eva sua moglie, la quale concepì e partorì Caino e disse: “Ho acquistato un uomo dal Signore”* >> ³ Ecco l’uomo e la donna iniziano la procreazione del genere umano.

<< *E dicemmo: “O Adamo, abita il paradiso, tu e la tua sposa, saziatevene ovunque a vostro piacere, ma non avvicinatevi a quest’albero chè in tal caso sareste tra gli empi.”* >> ⁴ E Dio assegnò all’uomo un luogo dove abitare e dette loro ogni sorta di bene. Ma vietò il cibo di un albero, perché? Cosa rappresenta l’albero proibito? Che necessità ha Dio di vietare un frutto proprio a coloro che ha creato a propria immagine e somiglianza? Cosa intende Mohammad per empi? Chi sono gli empi e perché l’uomo che mangia del frutto proibito viene annoverato tra gli empi? << *Allora il Signore Dio fece scendere un torpore sull’uomo, che si addormentò; gli tolse una delle costole e rinchiuse la carne al suo posto.* >> ¹ L’uomo si addormentò, e Dio operò su di lui. E’ come se Dio sia più vicino all’uomo quando dorme e allo stesso tempo l’uomo si abbandona a

Dio durante il sonno e si pone nelle sue mani. Cosa avviene dunque durante il sonno? Cosa è il “sonno”? Vediamo che il sonno è come un torpore che scende sull'uomo. Quindi l'uomo durante il sonno non è assente totalmente, è presente ma assopito, assopito a cosa? Che necessità ha l'uomo della notte? Cosa è la notte per l'uomo? Vediamo che anche prima del peccato originale l'uomo aveva la notte e il giorno. Notte e giorno permangono anche dopo il peccato originale, quindi sono una parte essenziale dell'uomo, fanno parte del proprio modo di essere, o sono una necessità puramente materiale?

<< Sono nel cuore di ogni essere e da Me viene il ricordo, il sapere e l'oblio. Il fine di tutti i Veda è quello di conoscerMI; >>² Dio è nel cuore di ogni uomo, e da Dio

viene il ricordo, il sapere e l'oblio. Qui si parla di Inconscio naturale. Ma cosa intendiamo per inconscio? Ciò che non ricordiamo nel conscio, cioè ciò che viene nascosto dall'essere cosciente. Quindi quando siamo coscienti non abbiamo ricordi della nostra creazione né certezze dell'esistenza del Creatore. Ma quando siamo veramente coscienti il giorno o la notte? Cosa è dunque avvenuto dopo il peccato originale? *<< Dite: “ Crediamo in Allāh e*

in quello che è stato fatto scendere su di noi e in quello che è stato fatto scendere su Abramo, Ismaele, Isacco, Giacobbe e sulle Tribù, e in quello che è stato dato a Mosè e a Gesù e in tutto quello che è stato dato ai profeti da parte del loro Signore, non facciamo differenza alcuna tra di loro e a Lui siamo sottomessi.>>¹ Maometto ci

dice che dobbiamo credere in Dio e in coloro che provengono da Lui, ma in

noi non c'è niente che ci permetta di credere da noi stessi? Abbiamo proprio bisogno dei profeti per credere? Eppure all'origine non era così, i nostri progenitori credevano per se stessi e non c'erano profeti che parlassero di Dio. Quindi se esiste l'inconscio naturale, cioè il sapere nascosto, è in noi trascritta ogni verità ed essendo inconscia va risvegliata. Per questo i profeti ed infine Cristo sono stati la nostra luce. Nella preghiera noi ci assopiamo, cioè dimentichiamo la nostra fisicità e ci abbandoniamo a Dio e così proviamo strane sensazioni che danno al nostro cuore tanta gioia e serenità, cosa avviene durante la preghiera? Cosa succede tra noi e il Divino? Quindi quando siamo assopiti siamo in contatto con il Divino? << *Invece ciò che esce dalla bocca proviene dal cuore.* >>² Ciò che viene dal cuore? Ma cosa proviene dal cuore? E cosa intendiamo per cuore? Il cuore dell'uomo, cioè il centro dell'uomo, cioè la coscienza di essere che ci permette le scelte del bene e del male. << *Allora Dio nel settimo giorno portò a termine il lavoro che aveva fatto e cessò nel settimo giorno da ogni suo lavoro*>>¹ Dio cessò di lavorare e si riposò, ma aveva bisogno di riposo? Dio ha bisogno di riposarsi? No certo. Ma se siamo ad immagine di Dio neanche noi avremmo bisogno del riposo. Ma allora perché la notte ci riposiamo, ci assopiamo, ci "addormentiamo"? Pur tuttavia i medici dicono che l'uomo ha bisogno di almeno 8 ore di riposo durante la notte, perché? Cosa avviene durante le otto ore di riposo notturno? << *Se diventi cosciente di Me supererai, per la Mia grazia, tutti gli ostacoli dell'esistenza condizionata.*>>² Diventare cosciente di Dio, cosa

significa? Come si può diventare coscienti di qualcosa o qualcuno che non abbiamo mai visto? La notte l'uomo esiste o si trova in uno stato di completa incoscienza? E perché il nostro corpo ha bisogno di riposo? Cosa succede durante il riposo?

Un uomo dopo una lunga giornata di lavoro sente la necessità di rilassare il proprio ego e la necessità di riposare. Ecco che andando a letto a “dormire”, l'indomani si sveglia pieno di voglia di lavorare e pieno di “energia”. Quindi durante il lavoro perdiamo o meglio consumiamo “energia” che riacquistiamo durante il riposo notturno. Possiamo dire inizialmente che la notte serve per caricarci di “energia”. Ma di quale energia si tratta? Vediamo che quando ci alziamo riposati oltre al nostro corpo rinvigorito anche “noi” sentiamo di essere pronti ad affrontare le difficoltà psicologiche che il nuovo giorno ci imporrà. Quindi ci carichiamo sia di energia fisica che intellettuale o meglio spirituale. Ma << *Quando, invece, non siamo coscienti di niente, come p. es. nel sonno, oppure, a volte, lo consideriamo come nella veglia, siamo soliti dire che non pensiamo.*>> ¹ Da svegli o coscienti siamo soliti dire che nel sonno non pensiamo. Ma è proprio così? < *Ora, per il fatto che possiamo conoscere pensieri che riproduciamo e che abbiamo già avuto prima, attribuiamo all'anima una memoria. Quindi la memoria altro non è che la facoltà di riconoscere pensieri che abbiamo avuto in precedenza, cosicché li abbiamo già avuti quando essi ci si ripresentano.*>> ² Come nella veglia così nel sonno abbiamo pensieri che divengono inconsci e si

ripresentano quando qualcosa li riporta a livello cosciente. A volte viviamo un evento e coscientemente pensiamo di aver già vissuto quell'evento. << *Poiché viene loro in mente come essi hanno talora conservato cose in un recipiente, e in tal modo sono stati in grado di portarle fuori di nuovo quando sono state desiderate, così hanno rappresentato anche la memoria come un recipiente in cui l'anima ha conservato i pensieri avuti una volta, e da cui li estrarrebbe nuovamente quando le facesse piacere, o altrimenti le fosse richiesto da qualcuno.*>>³ << Quindi il potere di ricordare non è che uno sforzo di trasformare in un pensiero chiaro un pensiero oscuro di una cosa che precedentemente abbiamo conosciuto in modo chiaro. >>¹ Quindi ciò che viviamo nel sonno – pensiero oscuro – può essere riportato alla memoria cosciente da un evento che ne richiami i ricordi. Ma non tutto ciò che viviamo nel sonno può essere facilmente riportato in pensiero chiaro, anzi moltissimi episodi vissuti nella immaginazione del sonno spesso rimangono oscuri. Ma tornando al risveglio carico di energia ecco che possiamo parlare di energia fisica e di energia spirituale. Quest'ultima rimane oscura anche se ne utilizziamo la forza. Da dove proviene dunque questa energia? Se durante il giorno la esauriamo donde viene dunque la nuova energia? E perché abbiamo la necessità di ricaricarci di energia? Fisicamente, la medicina, ci insegna che il corpo umano è capace di auto rigenerare energia psicofisica. L'energia spirituale come si rigenera?

Torniamo al giorno e alla notte. Cosa succede durante la notte si da generare energia psichica e spirituale? << *Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente.* >>² Con tutta la mente, nel sonno della notte quando ogni condizionamento terreno è assopito e l'inconscio fa da padrone ecco che la mente è libera di adorare e servire il Signore. <<*Quando la tua mente non si lascerà distrarre dal linguaggio fiorito dei Veda, quando sarà tutta assorta nella realizzazione spirituale, allora sarai in unione con l'Essere Divino.*>>³ Nel sonno non esiste nessuna legge scritta, quindi l'anima è libera di spaziare nella realizzazione spirituale e quindi è in unione con l'Essere Divino. Ecco che si ricarica di spiritualità ed è pronta ad affrontare un nuovo giorno legato ai piaceri della carne. Possiamo paragonare il sonno all'oblio, alla vera libertà individuale, ad una forma di preghiera, al deserto, al silenzio, alla solitudine. << *Giunsero intanto a un podere chiamato Getsemani, ed egli disse ai suoi discepoli: " Sedetevi qui, mentre io prego". Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni cominciò a sentire paura e angoscia. Gesù disse loro: " La mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate". Poi, andato un po' innanzi, si gettò a terra e pregava...* >>¹ Vediamo che Gesù si reca in un luogo solitario e scostatasi da tutti si mette nella solitudine a pregare. Perché questa necessità si solitudine per pregare? << *Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede*

nel segreto, ti ricompenserà.>>² Qui notiamo che nel segreto e in solitudine la preghiera è ben accolta. Gesù va nel deserto per quaranta giorni e quaranta notti per incontrare il Padre e poter dialogare liberamente con Lui. Quindi il deserto, la solitudine, il silenzio sono elementi essenziali per la preghiera e per poter meglio essere ascoltati dal Creatore. << *E quindi nel sogno siamo coscienti di noi ossia sappiamo, sognando, che cosa sogniamo e pensiamo anche a noi stessi.>>³* Nel sonno della notte, quando i rumori del giorno non ci sono più, quando l'anima è libera dalle catene del Karma, cioè della carne e delle azioni del giorno, ecco che noi siamo al cospetto di Dio e potremmo rivivere la nostra realtà divina in purezza e santità. Ma il sonno è come pensiero oscuro, inconscio, e quindi non diventa pensiero chiaro, conscio, e ogni ricordo svanisce alla luce del giorno. << *Se, invece, un sogno sorgesse senza una sensazione o anche continuasse contro la regola dell'immaginazione, non sarebbe fondato nell'essenza e nella natura dell'anima, e quindi sarebbe soprannaturale e un miracolo nell'anima.>>¹* Ecco che la notte è molto importante perché oltre alle energie naturali possiamo ottenere quelle spirituali semplicemente stando al cospetto del nostro Creatore. Allo stesso modo, quindi quando preghiamo in silenzio, sia nella stanza che nella parrocchia o comunità, “sentiamo” la gioia della presenza Divina.

Possiamo concludere dicendo che *la notte serve a ricevere l'amore e il giorno serve a donarlo agli altri*. Certo ci sono tante altre teorie sul sogno altrettanto

veritiere ma certamente dovute alla psiche che si sfoga attraverso le fantasie e le elaborazioni delle immagini presenti e accumulate nel nostro inconscio. L'inconscio naturale però conserva il suo "tesoro" affinché l'io cosciente possa trarre le sue certezze nei momenti della conoscenza e delle sollecitazioni spirituali ricevute dalla scrittura, da episodi vissuti coscientemente, da sollecitazioni ricevute da persone mistiche, dagli scritti dei padri e dalla dottrina pura della Chiesa alla quale si deve necessariamente fare riferimento per essere in perfetta comunione con i fratelli e con il Signore. Dice Benedetto XVI: << *E' L'uomo, la persona, che ama come creatura unitaria, di cui fanno parte corpo e anima. Solo in questo modo l'amore – L'Eros – può maturare fino alla sua vera grandezza.* >> ¹ S. Agostino ci fa capire la Grazia di Dio: < *Tu, Signore, benedici il giusto, ma prima lo rendi da malvagio giusto.* > ² Continua Agostino dicendoci che la memoria inconscia contiene i sentimenti che non sono ricevuti dalla materia. < *La memoria contiene anche i sentimenti dell'animo, anche le nozioni delle cose stesse che non ricevemmo attraverso nessuna porta della carne, ma l'animo facendone prova attraverso l'esperienza delle sue passioni le ha affidate alla memoria* > ³