

**PSICOTERAPIA O COINVOLGIMENTO SETTARIO?**

Angela Roma

*Le severe normative che regolano l'esercizio della professione di psicoterapeuta non sono riuscite a disboscare totalmente la selva di operatori dai connotati accademici sfuggenti, che si rivelano spesso come vie per l'adesione a gruppi settari. Presentiamo di seguito la coinvolgente testimonianza di una giovane caduta nei meandri di una siffatta 'terapia' e l'analisi lucida e allarmata su questo e su casi simili da parte di un medico psicoterapeuta 'ufficiale'.*

**1. TESTIMONIANZA**

Raccontare in maniera breve e coerente la mia esperienza di ragazza venticinquenne con la New Age mi sembra una cosa quasi impossibile, perché di coerente e normale in questa esperienza c'è ben poco.

Tutto ha avuto inizio un anno fa circa, quando una mia ex compagna di scuola e amica ha iniziato a parlarmi di una psicologa alla quale lei si era rivolta e che le aveva per così dire aperto una nuova strada dell'esistenza. A dir suo (e ciò si è successivamente rivelato vero anche per me) c'era andata per un motivo e si era ritrovata da tutt'altra parte. Onestamente ero molto affascinata dalle parole della mia amica, perché mi parlava di dare un senso più profondo alla mia vita, d'intraprendere un cammino spirituale vero alla ricerca di Dio, insomma tutte cose che erano già dentro di me; e sapere che non ero la sola a desiderare determinate cose mi dava un senso di sollievo. Ma, ciò nonostante, non avevo ancora avuto modo di conoscere personalmente questa psicologa.

**Coincidenza volle che in quel periodo attraversassi una delle mie solite crisi di crescita interiore** (così adesso ho imparato a chiamarle, e non di follia, come allora pensavo): confidandomi con questa mia amica, in buona fede lei mi diede una cassetta un po' particolare, credo che si trattasse di autoipnosi molto profonda. Dopo averla ascoltata da sola a casa, mi sono ritrovata immersa nelle lacrime, con immagini della mia morte completamente immobilizzata e con una paura, o meglio, un terrore che mai prima di allora avevo conosciuto. Da quel momento la mia esistenza è cambiata: tutte le paure e le angosce che erano dentro di me sono venute fuori, ho cominciato a rivivere antiche paure e vecchi incubi, non riuscivo più a dormire la notte e vivevo in una situazione di continuo panico.

Così ne parlai con la mia amica, che mi consigliò di rivolgermi alla sua amica-psicologa perché lei conosceva dei metodi per trovare delle risposte pronte ed esaurienti. Ma ancora non ero del tutto convinta. Il primo incontro che ebbi con questa persona fu con la "vivificazione dei Chakra", che ebbe luogo proprio a casa della psicologa: onestamente ci andai perché avevo già letto qualcosa su una rivista femminile e non mi sembrava niente di strano o dannoso, visto che veniva presentato come una medicina alternativa orientale.

**Questa vivificazione ha avuto luogo in due fasi, naturalmente a pagamento.** C'è stato un primo livello e un secondo portato avanti da persone venute da fuori, le quali ci avevano avvertito che successivamente potevamo avere dei piccoli disturbi passeggeri: ma resta il fatto che da allora anche fisicamente non mi sono più sentita bene, perché ho iniziato ad avere continui mal di testa.

Dopo questo incontro molto cordiale e amichevole, mi decisi a rivolgermi alla psicologa e da lì è iniziata la mia disavventura. Onestamente, ricordare tutto quello che è avvenuto mi dà un senso di inquietudine, perché ancora non riesco a credere che io possa essere stata così ingenua, per non dire altro; ma, solo chi è passato per questa strada può capire, altrimenti penserei di essere stata anch'io una sciocca e di essermi inventata tutto, ma così non è!

Iniziai ad andare dalla psicologa una volta alla settimana. Da subito iniziò a fare una sorta di ipnosi, almeno credo, perché non avevo nessuna conoscenza in campo di psicologia e tuttora credo di saperne ben poco. Sin dall'inizio cominciai ad avere per così dire delle visioni di eventi storici sin dal tempo degli Egizi e lei disse che probabilmente erano delle mie vite precedenti. Ogni volta che ci andava, però, alla fine della seduta ero stanchissima e quasi senza forze: sembrava che il cervello stesse per scoppiarmi. Anche i cosiddetti 'viaggi' (così li definiva lei) erano stancanti, a volte non riuscivo ad alzarmi dalla poltrona. Così lei mi faceva la terapia dei Chakra, ponendo le mani dove sentivo il dolore. Inizialmente questo contatto mi disturbava, avevo la sensazione che mi perforasse il cervello; ma subito dopo provavo sollievo e il più delle volte un senso di euforia che, diceva lei, era dovuto all'energia che mi penetrava.

**Un giorno le chiesi se poteva aiutarmi a risolvere un dato problema;** mi rispose che in realtà la risposta era dentro di me, ma che lei poteva insegnarmi una strada con la quale sarei potuta giungere alla soluzione con minor fatica e senza dolori di sorta. Questa strada consisteva nella meditazione di tipo orientale, messa davanti a un muro bianco nella posizione del loto, dopo aver acceso una candela e un bastoncino di incenso per purificare l'ambiente da possibili spiriti maligni, recitando una frase in sanscrito per riuscire a liberare la mente da tutti i pensieri materiali e per stabilire un contatto con se stessi. Così, da brava discepola, iniziai a fare anche delle esperienze meditative a casa, con grande sgomento dei miei familiari che mi vedevano per ore in una stanza rivolta verso un muro a recitare chissà cosa.

Durante queste meditazioni entravo in uno stato di quasi incoscienza, perdevo la nozione del tempo anche se ero sveglia, e iniziai ad avere delle visioni. Ho vissuto esperienze di benessere interiore, ma anche di grandi angosce e paure, e man mano che andavo avanti avevo sempre l'impressione che non attirassi qualcosa di buono, ma tutt' altro, come in effetti cominciai a succedermi.

Insomma, non so ancora come spiegarmelo, ebbi i primi contatti con delle anime, e per me è stata l'esperienza più devastante, perché certamente non erano anime in pace; le sentivo non accanto a me, ma dentro di me come se non volessero accettare la morte, e volessero continuare a vivere tramite me. La prima volta avvenne a casa della psicologa: lei mi diceva di visualizzare la luce, ma io avevo solo paura e voglia di andarmene da quella casa. Alla fine lei, forse per calmarmi, mi disse che io ero una medium, una sensitiva, e che probabilmente

con la vivificazione dei Chakra erano stati aperti dei canali che lei avrebbe provveduto a chiudere (non l'ha mai fatto).

Così sono iniziati dei mesi da incubo in cui accendevo ad ogni passo una candela e un bastoncino d'incenso, ma non riuscivo a spiegarmi come mai andando a casa di quella donna; non avevo niente, e uscendo di là mi sentivo in preda al panico.

**Nel frattempo il rapporto medico-paziente si era completamente trasformato senza che l'avessi voluto:** andavo a casa sua per fare terapia e invece mi ritrovavo invitata a cena a parlare della sua vita e a conoscere i suoi amici. Fu in uno di questi incontri che conobbi un personaggio davvero molto ambiguo e losco, che mi fece leggere due libri come "La profezia di Celestino" e "La forza", che sono quasi dei testi sacri per la New Age.

Adesso ho come l'impressione che niente sia avvenuto per caso, e mi è quasi del tutto chiaro il progetto di questi due individui: la prima prepara la persona a determinati argomenti e poi, per virtù delle coincidenze e dell'energia cosmica, si incontrano altre persone 'particolari': ed ecco spiegata la magia della vita e degli eventi (che rabbia!).

Intanto la psicologa-amica iniziò a prospettarmi una nuova terapia, perché l'ipnosi già era stata fatta. Delle regressioni in precedenti vite già ero divenuta esperta, mi aveva anche fatto fare la cristalloterapia; la meditazione trascendentale e zen la facevo ogni giorno, i contatti con le anime già avvenivano con puntualità. Adesso era ora di cominciare con il 'Rebirthing', che consiste nel fare una seduta di respirazione guidata: la paziente si distende e la psicologa inizia a guidare il suo respiro in maniera regolare, come un rilassamento. Il tutto viene accompagnato da una musica molto profonda, direi viscerale, perché si ha come la sensazione che scavi dentro il proprio essere, ma non so se per tirarne fuori qualcosa o per farvelo entrare. Resta comunque il fatto che senza quella musica non avveniva niente altro che respiro, ma con la musica è successo di tutto.

La prima volta ho liberato uno spirito che, come diceva lei, si era intrufolato dentro di me; la seconda volta non ho fatto altro che sputare e deglutire, e questo mi è rimasto per molto tempo; la terza volta mi sono liberata dalla fattura fattami da un familiare. Successivamente la cosa è andata peggiorando, perché ho riattraversato fisicamente e psicologicamente la nascita e la morte; cose forse inspiegabili, ma io che le ho vissute mi chiedo come abbia avuto il coraggio o l'incoscienza di mettermi nelle mani di un folle!

**Fortunatamente parlavo con il mio fidanzato di queste cose.** Dico fortunatamente perché lui, non essendoci dentro, riusciva a vedere la follia di queste esperienze, che per me erano diventate normali, mentre per lui rimanevano assurde. Con lui riuscivo a ristabilire un contatto con la realtà perché, quando non c'era, io vivevo uno stato di totale dipendenza da quella persona.

Durante una di queste esperienze (si vede proprio che Dio non abbandona mai i suoi figli) ho sentito il bisogno di andare a messa; e non potrò mai spiegare la gioia che provai quella domenica, gioia che non avevo mai provato prima: mi sentivo di nuovo a casa, capii che Gesù era in mezzo a quell'assemblea. Così iniziai ad avere dei momenti di lucidità e cominciai a capire che c'erano delle cose che non andavano. Innanzitutto non avevo mai visto la laurea di questa persona, non l'aveva esposta da nessuna parte; poi io non avevo mai desiderato che diventasse mia amica,

perché c'ero andata per avere un supporto medico e non per diventare la sua confidente. Insomma, piccoli particolari, che sommati facevano un quadro per niente roseo.

La goccia che fece traboccare il vaso fu una serata organizzata fuori. Dopo una cena con due suoi amici, si andò a casa sua, e lei mise la stessa cassetta che usava per il *Rebirthing*. Io non so ancora come, ma mi ritrovai in una semi *trance* a parlare in lingua indiana pellerossa e a dare messaggi a quelli che erano in quella stanza. Fortunatamente non successe niente di grave, e me ne ritornai a casa solo un po' frastornata. Ma la cosa non finì lì, perché cominciai ad avere messaggi mentali dal mio "spirito guida", che mi indicava quello che dovevo fare.

***Dopo di ciò la mia vita è quasi andata a rotoli, fino a che non ho deciso di riprendere il controllo*** delle mie azioni, dei miei pensieri e dei miei sentimenti. Così in questo trambusto ho incontrato il mio parroco, che mi ha chiarito molte cose, e successivamente ho conosciuto una persona che mi ha ancora di più delucidato sui personaggi in cui mi ero imbattuta. A poco a poco ho compreso dove mi ero andata a cacciare, e cioè in una vera e propria setta, molto più pericolosa di altre perché guidata da persone diverse che approfittano del loro lavoro per plagiare e danneggiare il delicato equilibrio delle persone che fiduciose si rivolgono a loro per avere un aiuto.

Io vorrei soltanto dire alle persone che si riconoscono in una esperienza simile di non isolarsi, di parlare con i propri genitori, con un amico, con il proprio parroco, insomma con qualcuno che ne sia al di fuori; perché il loro scopo è proprio quello di isolare, di fare in modo che non avvenga più un confronto con altre realtà. Questo solevano ripetere: "La realtà non esiste, è solo un sogno, e noi dobbiamo imparare a staccarci da questo sogno"; oppure che "la vita è un gioco, e noi dobbiamo imparare questo gioco, e solo allora saremo felici". E ancora: "Forse è meglio che di quello che ti accade non parli con gli altri, perché sarebbe come dare le perle ai porci: non capirebbero e ti prenderebbero per pazza, non sanno che tu sei un essere evoluto, questo gli altri lo ignorano!". E ancora nei loro discorsi si parla di reincarnazione, di angeli che danno messaggi, di spiriti guida, di sogni premonitori, di incontri casuali con persone speciali e così via.

***Da questa esperienza sono venuta fuori perché l'ho voluto con tutte le mie forze***, ho chiuso io i canali; con la mia volontà e la forza di Dio ho deciso di cambiare vita, di non guardarmi più indietro se non per aiutare altri che possano trovarsi in situazioni simili.

Questa esperienza mi ha comunque cambiata: inizialmente mi aveva tolto la voglia di vivere, di sorridere. Mi sono sentita derubata, come se questa persona avesse marciato sulla mia fragile anima e l'avesse calpestata e manipolata a suo piacimento. Avevo perso la poca fiducia e stima che avevo di me stessa, e ancora oggi mi è veramente difficile fidarmi di qualcuno e delle sue parole. Soprattutto ho un rigetto totale verso chiunque mi aduli con complimenti o parole troppo affettuose, anche nei confronti di chi mi ha sempre amato. Fortunatamente la confusione è andata via, perché vi ha preso posto la fede rinnovata e migliorata: l'unica persona di cui adesso e sempre avrò fiducia è Gesù Cristo.

Ma vorrei spiegare che non mi sto nuovamente appoggiando: finalmente ho trovato la mia strada, quella della verità, la verità che ho sempre cercato nei posti e nelle persone sbagliate, ma adesso so che non resterò mai delusa.

Ai ragazzi che cercano la verità vorrei dire di non cercarla nelle belle parole e nei complimenti: spesso la verità si nasconde nelle amarezze e nelle stesse nostre miserie, perché ci portano a riflettere e a fermarci un po' a meditare sul vero scopo della vita di ognuno. Io questo scopo l'ho trovato: l'amore di Dio.

*Angela Roma*