

# LETTURA PSICOLOGICA DEL LIBRO TIBETANO DEI MORTI

*(ottobre 2006/marzo 2007, venti incontri)*

Il Libro Tibetano dei Morti fa parte di una serie di testi attribuiti a Padmasambhava, il maestro indiano che ha diffuso il Buddismo in Tibet intorno al VII-VIII secolo d.C.. Si tratta di un libro di istruzioni pratiche per i morenti, affinché nel cosiddetto stadio del bardo o stadio intermedio, tra la morte e la successiva rinascita, non vengano sopraffatti dalle potenti immagini di divinità pacifiche e irate provenienti dalla mente, e possano così entrare nella chiara luce, oppure saper scegliere una rinascita positiva, che sia favorevole al conseguimento dell'illuminazione, anziché precipitare in regni infernali o in una rinascita negativa.

Tale libro è arrivato in occidente all'inizio del Novecento grazie alla traduzione dell'orientalista Evans Wenz<sup>1</sup> e successivamente commentato da C.G. Jung<sup>2</sup>, che interpreta le visioni descritte nel testo come paradigmatiche degli archetipi, forze universali primigenie, presenti nella mente sotto forma di immagini e agite nei comportamenti di ciascun uomo<sup>3</sup>. Secondo il buddismo tibetano ciò che il morente vede nello stadio intermedio tra la morte e la successiva rinascita non sono altro che le tendenze della sua mente che prendono forma di immagini e suoni ora piacevoli, ora terrificanti. Il suggerimento al morente è costantemente quello di osservarle con distacco in quanto non si tratta di realtà, ma appunto di immagini prodotte dalla sua stessa mente. La chiave di lettura che Jung applica a questo libro è quella di collegare tali immagini, descritte con dovizia di particolari nel libro, alle immagini che quotidianamente produciamo nei sogni o nell'immaginazione attiva; queste in quanto prodotte dagli archetipi, sono presenti universalmente nella psiche e nelle azioni degli esseri viventi. Pertanto Jung ritiene che "il Libro Tibetano dei Morti non solo può interessare gli studiosi di buddismo ma anche chi è attratto dalla più profonda penetrazione dei misteri della psiche per ampliare la propria conoscenza della vita"<sup>4</sup>.

La lettura del Libro Tibetano dei Morti ha consentito al gruppo seminariale da un lato di accostarsi alla problematica della propria morte in modo da renderla un po' meno indicibile e perciò meno angosciata, dall'altro lato di contattare attraverso le immagini descritte nel libro, tendenze analoghe presenti in ciascuno di noi e di prendere coscienza della loro esistenza. Nei seminari è stato messo in luce come proprio dai cosiddetti cinque veleni della tradizione del buddismo tibetano, odio, orgoglio, attaccamento-sete, gelosia-invidia, ignoranza<sup>5</sup>, sia possibile raggiungere le cinque qualità della coscienza dell'illuminazione: conoscenza del grande specchio, conoscenza dell'eguaglianza, conoscenza intuitiva della visione interiore, conoscenza che realizza tutto ciò che deve essere fatto, conoscenza della propria identità profonda.

---

<sup>1</sup> Ewans-Wentz W.Y., "Bardo Thödol", 1927. Durante il presente seminario ci si è avvalsi della più recente traduzione di Namkhai Norbu, Il Libro Tibetano dei Morti, Newton Compton Editori, edizione del 2003.

<sup>2</sup> C. G. Jung, Commento psicologico al "Bardo Thodol" (Il Libro Tibetano dei Morti), prima edizione 1935, edizione definitiva 1953.

<sup>3</sup> A questo proposito Jung afferma: «Il processo di trasformazione dell'inconscio che ha luogo durante l'analisi è l'analogo naturale delle iniziazioni religiose artificialmente indotte, che si distinguono in via di principio dall'iniziazione naturale mettendo al posto della produzione simbolica appositamente scelta, simboli prescritti dalla tradizione», Commento psicologico al Bardo Thödol (il Libro Tibetano dei Morti), Boringhieri, Torino 1979, in Opere, Vol 11, Psicologia e religione, p.536.

<sup>4</sup> Ibidem, p. 524-538.

<sup>5</sup> Il veleno che deriva dalla coscienza dell'io è l'ignoranza intesa come illusione di essere un io separato dal mondo circostante, da questo veleno derivano tutti gli altri veleni. La saggezza che deriva dalla trasformazione dell'ignoranza è la consapevolezza del dharma: la nostra connessione con la legge universale.



A questo proposito, Lama Anagarika Govinda scrive: «La relazione dei cinque skanda<sup>6</sup> con le cinque qualità della coscienza dell'illuminazione e le loro corrispondenti Saggezze rivelano un principio fondamentale. Le qualità superiori sono contenute potenzialmente in quelle inferiori, come un boccio nel seme. In tal modo buono o cattivo, terreno o trascendente, sacro o profano (...) non sono opposti assoluti ma solo aspetti diversi della stessa realtà<sup>7</sup>».

Anche la psicoanalisi ci insegna che gli impulsi distruttivi presenti nella nostra mente, possono essere trasformati e integrati all'interno della personalità attraverso un continuo lavoro di riconoscimento e osservazione, osservazione costante che costituisce l'unico mezzo a nostra disposizione per rendere tali impulsi via via meno potenti e paurosi, aprendo la strada alla loro trasformazione in forze salvifiche all'interno di ciascun individuo.

Pertanto Libro Tibetano e psicanalisi vanno nella stessa direzione: la Via è la continua consapevolezza di noi stessi, delle nostre sensazioni, dei nostri sentimenti e dei nostri pensieri.

---

<sup>6</sup> La parola skanda significa letteralmente cumulo o gruppo; a livello generale gli skanda (aggregati o gruppi) costituiscono tutti i fenomeni composti che esistono nell'universo, a livello dell'individuo sono i cinque costituenti della personalità. Essi sono: 1. Forme (rūpa): definiscono l'ambito del corpo e dei fenomeni di ordine fisico. 2. Sensazioni (vedanā): esperienze sensibili legate al corpo e alla mente, possono essere piacevoli, spiacevoli e neutre. 3. Percezioni, impressioni o nozioni (samjñā): consistono nell'abilità a riconoscere, identificare, e discernere le cose di cui si fa esperienza. 4. Formazioni karmiche e/o della volizione (samskāra): raggruppano tutte le forze condizionanti, gli impulsi provenienti dal karma passato che ci spingono a costruire le condizioni karmiche attuali. 5. Coscienza (vijñāna): istanza che riunisce le informazioni di tutti gli altri aggregati, è colei che conosce. Da Philippe Cornu, Dizionario del Buddismo, Ed. Du Seuil 2001, Mondadori 2003, pag.14, 15

<sup>7</sup> Lama Anagarika Govinda, *Aspetti del misticismo tibetano*, Ubaldini, Roma 1972, p. 103. Lama Angarika Govinda (1898-1985), tedesco di origine, diventato monaco buddista, ha vissuto la maggiorparte della sua vita a Cylon e poi in Tibet. Attraverso la sua opera ha significativamente contribuito a far conoscere in occidente il misterioso mondo del buddhismo tibetano.

*Riassunto a cura di Laretta Duegnas e Laura Brambilla*

