

ANGELO BONA

---

# CERCA LA TUA IMMORTALITÀ

L'IPNOSI REGRESSIVA: UNA VIA PER L'ETERNITÀ

PREFAZIONE DI RAYMOND MOODY



OSCAR MONDADORI  
NUOVI MISTERI

# Il libro

«In questo splendido libro, il dottor Angelo Bona descrive la sua personale avventura spirituale affrontando il segreto più nascosto del genere umano: la morte. Intrecciando abilmente i ricordi personali con i dati emersi durante il suo praticare l'ipnosi regressiva, offre un importante contributo ai tanti tentativi di affrontare scientificamente e in modo razionale il mistero profondo della vita dopo la morte.» Così Raymond Moody, tra i maggiori esperti mondiali di esperienze di pre-morte, presenta questo libro di Angelo Bona: un resoconto emozionante che rievoca, accanto alle vicende dei pazienti, le esperienze di vita dirette dell'autore, dalla sua nascita difficoltosa, durante la quale si trovò molto vicino alla morte, fino alla scoperta di come l'ipnosi regressiva possa aiutare a riconoscere ferite appartenenti a esistenze precedenti, ricordi perduti nell'oceano dell'inconscio fondamentali per guarire dalle sofferenze della vita presente.

# L'autore



Angelo Bona, medico psicoterapeuta e specialista in anestesia, è presidente dell'A.I.I.Re., Associazione Italiana Ipnosi Regressiva, e membro della A.S.C.H., American Society of Clinical Hypnosis. Da più di vent'anni dedica la sua vita allo studio dell'ipnosi e dell'ipnosi regressiva. Per Mondadori ha pubblicato: *L'Amore oltre la vita* (2004), *L'Amore dopo il tramonto* (2005), *L'Amore Maestro* (2006), *Una stazione nel cuore* (2008), *Il palpito dell'Uno* (2009) e *Due cuori, un'Anima Unica* (2010).

# di Angelo Bona

*L'Amore dopo il tramonto*  
*L'Amore Maestro*  
*L'Amore oltre la vita*  
*Cerca la tua Immortalità*  
*Due cuori, un'Anima Unica*  
*Il palpito dell'Uno*  
*Una stazione nel cuore*

Angelo Bona

# CERCA LA TUA IMMORTALITÀ

*L'ipnosi regressiva: una via per l'eternità*

Prefazione di Raymond Moody

**OSCAR MONDADORI**

## Prefazione

In questo splendido libro, il dottor Angelo Bona descrive la sua personale avventura spirituale affrontando il segreto più nascosto del genere umano: la morte. Intrecciando abilmente i ricordi personali con i dati emersi durante il suo praticare l'ipnosi regressiva, offre un importante contributo ai tanti tentativi di affrontare scientificamente e in modo razionale il mistero profondo della vita dopo la morte.

La tendenza che tutti noi abbiamo a immaginare una vita dopo la morte è una delle caratteristiche che ci rende umani. Dopotutto, per quanto ne sappiamo, siamo la sola specie del regno animale che ne considera l'evenienza.

Inoltre, lo sviluppo della logica e della ragione ha finalmente raggiunto il punto nel quale è diventato realistico contemplare la possibilità dell'esistenza di una prova empirica della vita dopo la morte e la competenza del dottor Bona nella medicina, nella psicologia e nel campo dell'ipnosi lo indica come il pioniere ideale per guidare lo studio razionale della vita dopo la morte.

Grazie al mio rapporto di amicizia con lui ho potuto apprendere molto a proposito delle sue tecniche di ipnosi regressiva, che consentono ai pazienti di avere incontri vividi con le loro vite precedenti, oltre a offrire, talvolta, soluzioni a problemi fisici o psicologici nella vita attuale. La consapevolezza di una memoria di una vita precedente emersa durante una seduta di ipnosi regressiva può aiutare a risolvere i problemi della vita presente.

Le scoperte del dottor Bona sono in accordo con i risultati dei miei studi, pubblicati nel 1990 nel mio libro *Ricordi di altre vite*, ma Angelo si è spinto molto più in là di me e i suoi studi su questo fenomeno sono più dettagliati e di vasta portata dei miei, documentando un numero maggiore di casi.

Per questo, passo il testimone di esperto nello studio della regressione ipnotica a lui e mi siedo sulla poltrona del lettore per apprezzare *Cerca la tua Immortalità* e la sua esplorazione affascinante del provocante mistero della vita dopo la morte.

Già nel 550 a.C., Pitagora, nella sua scuola di Crotone, parlò di memorie di vite precedenti affermando di essere in grado di ricordare dettagli di esse, mentre Platone insegnava che l'anima si reincarna in una lunga serie di corpi diversi. Lo studio delle vite precedenti non è quindi uno sviluppo recente delle società occidentali ma, come provano gli esempi di Pitagora e Platone, l'idea della reincarnazione è stata presente nel pensiero occidentale fin dall'inizio. L'eccellente lavoro del dottor Bona è, quindi, sia rivoluzionario sia la continuazione di una lunga tradizione radicata nella storia.

Il progresso razionale per rispondere alla domanda della vita dopo la morte sarà

presto una realtà e, all'interno di questo processo, vedremo una incredibile trasformazione della mente, dal momento che sono già avvenute svolte concettuali che porteranno in tempi brevi a progressi nelle tecniche investigative di esperienze di pre-morte, di regressioni a vite precedenti e altri fenomeni.

Tanti, in tutto il mondo, si chiedono se esiste una vita dopo la morte e, su un pianeta nel quale la popolazione tende a invecchiare, l'attenzione verso questo grande mistero è in crescita incessante.

Per tutte queste ragioni, il lavoro del dottor Bona offre un prezioso servizio pubblico con il suo programma educativo: una Scuola dell'Immortalità.

Il genere umano è sull'orlo di una riconsiderazione rivoluzionaria dei concetti della vita dopo la morte e Angelo Bona può facilmente essere considerato un vero pioniere, grazie al suo coraggio nell'affrontare questo argomento di importanza vitale perché, anche se lo studio della vita post mortem ha origini antiche nel pensiero occidentale, è spesso ostacolato.

Angelo dimostra tutto questo coraggio con la paziente volontà di proseguire i suoi studi, noncurante delle obiezioni sulla loro ortodossia. È un uomo cordiale, pieno di humour e dotato di grandi doti intellettuali, oltre che un veterano nell'analisi clinica.

Tutte queste qualità si ritrovano in *Cerca la tua Immortalità*, un libro che dà un contributo importante allo studio razionale della vita dopo la morte, grazie alla sinergia tra le memorie personali di Angelo e l'eccellente materiale di cui dispone, frutto dei suoi studi approfonditi.

*Raymond Moody*

Cerca la tua Immortalità

La riservatezza è un principio fondamentale che regola il rapporto tra terapeuta e paziente. I pazienti di cui si parla nel libro mi hanno autorizzato a scrivere le loro esperienze. Per proteggere la loro privacy ho cambiato i loro nomi e i dettagli che avrebbero potuto identificarli. I loro casi sono invece assolutamente reali e nessun particolare delle loro vicende è stato modificato.

*A.B.*

## Introduzione

Mi sono subito reso conto che a questo mondo raramente ti viene regalato qualcosa, ma piuttosto devi mettercela tutta. Non è stato per niente facile nascere con un cordone ombelicale arrotolato due volte attorno al mio esile collo. Nella clinica ostetrica dove mia madre era stata ricoverata d'urgenza mancava il medico, poiché era ora di pranzo e per di più domenica. L'orologio scandiva le dodici, ma io non badavo alla puntualità, piuttosto mi accontentavo di sopravvivere.

Nessuno si aspettava quel parto precipitoso e, se non fosse stato per il cappio che mi soffocava, di certo sarei venuto al mondo in taxi. Immagino il pallore del volto dell'ostetrica che contrastava con il mio colorito cianotico mentre ero a un passo dal ritornare dove ero arrivato. Dovevo farcela e mi stavo impegnando con tutto me stesso, a parte l'arresto cardiaco che per alcuni interminabili secondi ha sospeso nel nulla la mia vita.

Mio padre stava accorrendo a Bologna da un paese vicino, Porretta Terme, luogo natale della famiglia, e di certo mia madre non avrebbe potuto immaginare una prova così drammatica al suo primo parto.

Non credo che questa esperienza, nella quale la mia anima ha sfiorato con le dita la Luce dell'altra dimensione, sia stata casuale. Evidentemente dovevo dare un'occhiata all'aldilà e poi ritornare su questa terra. Rischiare di morire durante la nascita e sopravvivere ha generato in me un'assoluta determinazione a non abbattermi mai: finché c'è vita, c'è speranza.

I miei genitori mi hanno raccontato più volte cosa accadde nel momento in cui ero appeso a un filo sottile, ma io stesso ho conservato sempre la sensazione di ricordare qualcosa. Sono certo che, dopo il terrore di quello strangolamento, la mia anima si sia totalmente calmata e ricordo uno spazio infinito di luce tiepida. Nulla può essere paragonato all'oceano-madre che mi ha abbracciato quando ho superato il confine della vita.

Attraverso la trance regressiva ho rivissuto questa esperienza e ho visto una presenza d'Amore che mi è venuta a prendere e che poi ha lasciato scivolare la sua mano abbandonando la mia mentre venivo risucchiato dalla parte della vita. Credo fosse il mio carissimo nonno che portava il mio stesso nome: Angelo. Non l'ho mai conosciuto, in quanto è morto prima che nascessi, ma in ogni momento difficile l'ho sempre sentito al mio fianco come un custode invincibile.

Il mio collega e amico Raymond Moody, che ho incontrato la scorsa primavera nella sua casa in Alabama, le definisce NDE (*Near Death Experiences*) o esperienze di pre-

morte. Sorridendomi mentre si dondolava sulla sua comoda poltrona, mi ha detto che indicherebbe questo passaggio come l'inizio della mia ricerca spirituale.

Penso anch'io che l'aver accarezzato il manto della Nera Signora abbia acceso in me un'immensa voglia di vivere e di comprendere il significato del suo mistero. Non a caso sono diventato medico e ho ricercato il confronto, o lo scontro, con la morte. Non mi è mai piaciuto arretrare davanti al suo ghigno beffardo fin dagli anni in cui, sulle autoambulanze e gli elicotteri di pronto soccorso, esercitavo la mia prima specialità: l'anestesia e la rianimazione.

A uno che sta per morire durante la nascita è inevitabile che venga un grande desiderio di vivere e di fare sopravvivere gli altri.

Il mio interesse non era però soltanto clinico, ma molto più profondo e orientato lungo la via del cuore. Da questo nasce la mia pratica dell'ipnosi, che considero un ponte di arcobaleno per entrare nel paese del Grande Oltre. Fin da bambino la mia fantasia ha generato un sentiero che termina al di là del confine dello spazio e del tempo.

Cosa ho cercato da sempre nella mia anima e in quella dei miei pazienti attraverso la trance? Una sorgente di acqua fresca, una fonte di guarigione che ognuno di noi ha dentro di sé. Guarire dalla morte è apparentemente un pensiero contraddittorio, ma lungo il corso della mia vita, o meglio delle mie vite, ho compreso che ciò è possibile.

Dopo gli anni in cui ho operato nei reparti di rianimazione, mi sono specializzato in psicoterapia e ho lavorato nelle cliniche psichiatriche e nei luoghi ove la morte non è biologica, ma psicologica e spirituale. Da queste isole di sofferenza ho appreso che la malattia mentale genera nell'uomo una paura antica, che produce una difesa inaccettabile: l'emarginazione dei diversi, dei malati di mente, dei "pazzi".

È lo stesso abbandono che molte volte ho visto riservato ai morenti, relegati in fondo alle corsie degli ospedali dietro un paravento.

Pratico da ventisei anni l'ipnosi regressiva, tramite la quale è possibile recuperare contenuti profondi nell'oceano dell'inconscio. Spesso questi vissuti assumono la forma di vite precedenti e nel libro incontrerete numerosi racconti di trance regressiva che documentano l'agonia, il decesso e il dopo-vita delle anime che volano via.

Oltre quattromila pazienti hanno rivissuto in trance regressiva la loro morte nel mio studio e ho intenzione di raccontare i casi più significativi per definirne gli elementi comuni. Fortunatamente tutti i soggetti trattati sono risuscitati al risveglio.

Non ho alcuna velleità di dimostrare che le parole che il cuore sussurra durante l'ipnosi profonda fanno parte di quel rispettabile mondo di verifica sperimentale che si chiama scienza. Non divido la mia esperienza in normale e paranormale, e in moltissime occasioni ho potuto soltanto provare stupore di fronte a realtà che la mia mente razionale non poteva spiegare.

La mia prima esperienza di ipnosi regressiva è accaduta per merito di una giovanissima paziente, Marta, che con dolcezza mi ha obbligato a ricercare una sua vita precedente. Viveva un irrisolvibile conflitto sentimentale. A diciotto anni amava un ragazzo, ma non riusciva a frequentarlo.

«Proprio perché lo amo, non lo posso vedere, non posso uscire con lui. Ho il terrore

che lui muoia se gli confesso il mio sentimento.»

Per quasi due mesi Marta provò a convincermi a indurla in trance regressiva, metodica che a quei tempi non praticavo ancora. Negavo perché non avevo esperienza, proponendole una psicoterapia con l'uso dell'ipnosi senza sondare le sue vite precedenti. Alla fine la sua tenacia vinse e mi resi disponibile a un tentativo.

Ero molto preoccupato ed emozionato nel proporle di entrare in una sua esistenza antica. In pochi attimi e in totale stato di incoscienza, scese in ipnosi profonda mutando la sua identità. Iniziò a parlare con una voce maschile e mi disse di chiamarsi Konrad, di avere vent'anni e di vivere in una casa di legno da lui costruita in mezzo a una foresta.

«Sei solo, non hai una famiglia vicino?» chiesi titubante.

«No, non c'è nessuno qui con me.»

«Non hai una ragazza, non ami una donna?»

La risposta immediata di Konrad mi fece correre un brivido lungo la schiena.

«Da quando ho saputo che mia madre è morta nel mettermi al mondo, non posso pensare di fare soffrire più nessuna donna.»

Esortai Konrad a superare questo suo blocco affettivo e a perdonarsi della colpa che si era inflitto.

A quei tempi non sapevo che avevo utilizzato una “formula magica di guarigione”, il perdono di sé, che incontreremo nelle pagine di questo libro come grande rimedio spirituale.

Marta si risvegliò inconsapevole di quanto era accaduto in trance, ma mi telefonò dopo pochi giorni, gioiosa perché aveva coronato il suo sogno. Era finalmente insieme a quel ragazzo tanto desiderato.

Amore e morte si erano uniti producendo un incantesimo potentissimo che l'ipnosi regressiva aveva sconfitto. La morte della madre di Konrad rappresentava lo spettro da sconfiggere nel cuore di Marta: un conflitto irraggiungibile con il solo colloquio psicoterapeutico.

Da quel momento la mia vita professionale mutò completamente, anche se mi mancavano ancora tutti gli elementi razionali che spiegassero il grande risultato terapeutico.

Ora, da più di venticinque anni, la mia vita è totalmente dedicata all'ipnosi regressiva e ho condotto più di ventimila regressioni.

In questo libro cercherò di confrontare tra loro le esperienze di morte in vite precedenti e le testimonianze di NDE che i pazienti mi hanno descritto. Il fine è quello di comprendere come i soggetti che hanno vinto la morte in trance o durante una NDE abbiano raggiunto una fede nell'Immortalità.

Vedremo insieme come la morte verrà sconfitta. Scopriremo che una sola vita non è sufficiente per guarire dalla sua illusoria malattia.

Mi sono confrontato in questa mia ricerca con il professor Raymond Moody, coronando un desiderio che fin da ragazzo pulsava nel mio cuore. Poco più che ventenne,

il primo libro che mi ha dato conferma delle idee che avevo e che tenevo segregate nel mio animo è stato infatti il suo *La Vita oltre la Vita*.

Raymond è un famosissimo filosofo e medico psichiatra che ha dedicato la propria esistenza allo studio del fenomeno morte, alle esperienze di pre-morte e all'accompagnamento dei morenti.

Come tutti i grandi uomini, si è reso disponibile con semplicità e amicizia a seguirmi passo passo lungo questa ricerca di eternità. Considero un onore poter collaborare con questo Maestro che, anche a costo di essere deriso, guarda oltre la vita.

Sono certo che i nostri cuori palpiteranno insieme per comporre un canto di Immortalità, per dimostrare che la morte è l'unica malattia terminale da cui si può guarire per sempre.

# I

## Incontrare la morte

Dunque... la morte. Devo confessare che da bambino avevo una sacrosanta paura della morte. Da quando ho capito che esisteva, ne sono rimasto terrorizzato.

Ricordo quando ero piccolissimo, tornando indietro fino agli albori della mia esistenza, quel laghetto con le ochette, e mia madre che mi chiamava. Avrò avuto due anni: in quel momento non ero consapevole della morte.

In una radiosa mattina di sole, chiamavo le anatre per lanciare dei piccoli pezzetti di pane; era tutto eterno. Non esisteva possibilità di crollo di quella dimensione, mia madre ci sarebbe stata per sempre, io ero sano, felice, tutto mi sorrideva. Probabilmente l'estate non sarebbe neanche finita perché un bambino così piccolo non pensa che le cose finiscano, che poi arrivino l'autunno e l'inverno.

Ci sarebbe stato un eterno sole, un'eterna voglia di giocare, mio padre che mi aspettava a casa, le zie, i miei parenti, lo zio Franco e la zia Silvana che mi avrebbero accolto alla sera a casa loro con tanto affetto. Il mondo era abitato da persone eterne, Dèi meravigliosi, per sempre presenti.

Due anni dopo vidi un bambino seduto sul muretto di fronte a casa mia che giocava a schiacciare le formiche con un dito. Non capivo in realtà cosa stesse combinando, perché si divertisse a fare quella cosa. Non avevo ancora interpretato la possibilità di morte della formica. Ma poi mi resi conto che quelle schiacciate non potevano più muoversi ed era successo qualcosa di irreparabile.

Una tragedia aveva spezzato completamente la gioiosità delle formiche, l'armonia della comunità, la voglia di portare le bricioline di pane in giro. Si muovevano rapidamente e sembravano impazzite accorgendosi di quelle loro compagne uccise.

Intanto il bambino, ossessivamente, con il ditino ne schiacciava una dopo l'altra e io mi sentii di sgridarlo, di chiedergli perché lo facesse. La morte non era ancora stata incisa nella mia coscienza profonda, ma avevo provato un leggero brivido lungo la schiena: le cose non erano dunque per sempre eterne, potevano finire da un momento all'altro per azione di qualcuno. Questo mondo non era un paradiso di gioco, di meraviglia, di immortalità.

Ricordo ancora un amico di mio padre, un bravissimo pescatore, che un giorno mi portò con sé sulle rive del fiume. Lì rimasi a osservare quel pesciolino appena catturato che si dibatteva fuori dall'acqua per un po' di tempo fino a rimanere completamente immobile. Continuavo a guardarlo pensando che si fosse incantato, come la Bella Addormentata nel bosco, che potesse poi recuperare la sua mobilità e tornare a nuotare nell'acqua del fiume, e invece questa cosa non avveniva.

Di lì a breve cominciai a impressionarmi moltissimo la carne. Mi ripugnava pensare che esistessero esseri che venivano uccisi per poter essere mangiati. Cominciai a chiedermi: “Ma la bistecca da dove viene? E il pollo? Tutte le cose che io mangio da dove vengono?”. Mi angustiavo nel rendermi conto che ciò che mangiavo doveva spesso essere in qualche modo ucciso.

La reazione che ebbi a cinque anni, una sera a tavola davanti a una bistecca, fu terribile. Ero disgustato da quella sordida carne sanguinolenta, ci vedevo dentro la sua derivazione animale: puzzava di morte. Probabilmente quella mucca non aveva più la possibilità di dare il latte, di curare il suo vitellino.

Ma vi vidi una cosa ancora più impressionante: pensai che non provenisse da un animale, ma dalla carne di mia madre. A quel punto provai un disgusto talmente forte che dovetti alzarmi e correre verso il bagno. Il corridoio era in ombra, non avevo acceso la luce, la porta si apriva dall'interno e dovetti spingerla, ma qualcosa faceva pressione dalla parte opposta e ne impediva l'apertura.

Quando riuscii a produrre una piccola fenditura tra lo stipite e il battente, vidi improvvisamente il volto di una strega, arcigna, cattiva, più alta di me di circa un metro, con un cappellaccio e uno scialle sporco e nero, il naso adunco, gli occhi iniettati di piccole venuzze rosse, sdentata, con un dente qua e uno là. Una terribile mano si era protesa verso di me con delle agghiaccianti unghie, degli artigli che brandivano lo spazio provocandomi un terrore immediato. Ritornai a tavola angosciatissimo e mi sedetti, senza dire nulla ai miei, col cuore che mi pulsava nelle tempie. Probabilmente ero pallidissimo e cercai di non pensare che quella sera sarebbe poi continuata in una notte affollata di spettri, durante la quale, nel mio piccolo lettino, non mi avrebbe potuto salvare nessuno dalla presenza di quella megera.

Quell'apparizione in realtà era la raffigurazione del contrario di una mamma amorevole, di una Madonnina salvifica: era l'immagine della morte, di chi ti può dare la morte, di chi ti può avvelenare, di chi può fermare in un istante la tua vita.

Una cosa terribile capitò poi un giorno in cui stavo giocando con i miei amichetti sul sagrato della chiesa. Non andavo ancora a scuola, quindi avrò avuto quattro-cinque anni.

Improvvisamente la quiete del pomeriggio venne squarciata dalle grida strazianti di una donna. Un pianto sordo riecheggiava nel vasto cortile, si interrompeva e poi ritornava, come se fossero folate di vento. Un dolore gelido, terribile, e il pianto continuava.

Salii su un muretto per capire l'origine di quello strazio: proveniva da una casa in fondo alla strada, c'erano degli scuri accostati e dietro il dolore, nel senso più profondo del termine: un dolore irrimediabile.

Quando ritornai a casa chiesi che cosa fosse successo di così grave. I miei familiari mi comunicarono che era morto il bambino di una giovane mamma che conoscevano. Era morto di leucemia; mi spiegarono che era una malattia che non poteva assolutamente essere curata.

“Come mai non può essere curata una malattia? Per quale motivo non può essere guarita? Ma allora se Dio è buono perché lo permette? Perché lascia che i bambini muoiano? Che cosa ha fatto di male quel bambino? E se si fosse pregato forte forte per

lui e la mamma lo avesse assistito di più? Cioè, era irrimediabile la morte?”

Mille domande affollavano la mia mente. Provai un senso di impotenza e rassegnazione, ma anche un misto di profonda rabbia, e cominciai a crearmi dei problemi riguardo a quella fatidica parola: leucemia.

Leucemia, mi girava nel cervello. Come vincere quella parola? Naturalmente cominciai a somatizzare i sintomi della malattia che, avevo sentito dire, all’inizio provocava un grande affaticamento, tanto da rendere impossibile sollevare il cucchiaino della minestra. A tratti cercavo ossessivamente di provare se riuscissi a sollevarlo, e ce la facevo, ma il caso volle che proprio in quel periodo incorressi in una bruttissima influenza con quaranta di febbre. I miei tentativi di alzare il cucchiaino divennero allora ancora più frequenti e a quel punto ero sicuro di essere incappato nella stessa malattia incurabile.

In effetti si trattava di una mononucleosi infettiva, che è proprio simile nei sintomi a una leucemia, con una febbre altissima che può durare per decine di giorni. Ebbi le convulsioni e diventai veramente debolissimo, tanto che ero convinto che quella Nera Signora fosse venuta a prendermi.

Una mattina però mi svegliai, madido di sudore, i miei mi guardavano di fronte al lettino, la febbre era magicamente scomparsa. Provai a scendere dal letto, ma le gambe non mi sorreggevano e crollai a terra svenuto perché non riuscivo a mangiare ormai da parecchi giorni. Di lì a poco però recuperai la forma e quella spettrale strega non riuscì a terminare il suo sadico lavoro: era stata solamente una malattia.

La mia inquietudine riguardo alla morte tuttavia aumentò; realizzai che potevo anch’io stare male, potevano stare male i miei genitori, il mio cagnone Dash, un immenso terranova dal pelame neroblu. Anche lui poteva avere dei problemi da un momento all’altro.

Chiesi ossessivamente una risposta a mio padre, alla mia anziana zia, a mia madre, ma le spiegazioni erano estremamente vaghe: nessuno voleva dirmi di preciso che senso avesse tutto questo dolore.

Tutti erano molto evasivi: «Non ci pensare, i bambini non muoiono. Fai il bravo!».

«Sei al primo anno di scuola. Non c’è nessun problema, non corri assolutamente nessun pericolo di incombere nella parola terribile che dici.»

Da notare che ho scritto “parola terribile” perché i miei non osavano pronunciarla e la traducevano in un concetto.

Be’, io non ero un bambino completamente normale. Provavo delle strane sensazioni di anticipazione degli eventi. Per me tutto era come un po’ sentito, annusato. Avvertivo nell’aria i temporali, i disagi nelle persone. Percepivo l’anima degli altri fino a immedesimarmi del tutto in loro.

Quando avevo cinque anni, una mattina, all’ora di andare a scuola, decisi di rifiutarmi per un motivo apparentemente paradossale. Comunicai alla mia dada che quel giorno sarei rimasto a casa perché probabilmente sarebbe ritornato il Diluvio Universale. Se ci fossi andato, sarei potuto morire.

La dada Bruna mi guardò rimanendo prima attonita e poi sorrise, prendendomi in giro: «Ma dài! È una mattina di sole, tranquilla. Come fai a morire proprio oggi, con un Diluvio Universale poi... che è una cosa scritta nella Bibbia e che non tornerà mai più?».

«Uffa!» risposi convinto. «Io non ci vado!»

«No. Tu ci vai! Ti accompagno io» ribatté decisa.

Naturalmente dovevo andare. Per estrema tutela e protezione di me, chiesi allora almeno l'ultima grazia del condannato a morte e cioè di indossare gli stivalini di gomma rossi, per scampare al Diluvio Universale.

Fui accontentato e mi incamminai verso l'istituto religioso retto da suore molto attente e rispettose dei principi e delle regole e quindi quegli stivali rossi che si stagiavano sul mio grembiolino nero non passarono inosservati. Suor Emanuela domandò subito ragione di quel fatto, ma io non risposi.

Passata la prima ora chiesi il permesso di andare al bagno che si trovava al piano seminterrato. Scesi le due rampe di scale e vi entrai; c'era un abbaino in alto che riversava una luce nitida, intensa, proveniente dalle grate di ferro di una finestra.

Da quella feritoia, quando tirai la catenella, arrivò all'improvviso uno scroscio terribile di fango dentro al bagnetto. Vidi che l'acqua saliva gradualmente e mi sentii come un topino che sta per morire affogato. Cercai di aprire freneticamente con le mani la porta del bagno, riuscendoci molto a fatica e dopo diversi minuti.

L'acqua stava salendo e lo spettacolo che si presentò ai miei occhi era spaventoso: le scalinate dell'istituto erano infangate, stava scendendo acqua dappertutto, c'era una piena lungo le scale, come se un torrente fosse impazzito e avesse deciso di attraversare la scuola. Con l'orlo dei miei stivalini che veniva lambito dall'acqua fangosa, riuscii a ritornare in classe al primo piano.

In quel momento un'onda di fango immensa sommerse la parte sottostante dell'istituto. Dove si trovava il bagnetto l'acqua arrivò a due metri di altezza, e io sarei certamente affogato se non fossi uscito da lì rapidamente.

Mi rimisi seduto al mio banco ma in quel momento la madre superiora spalancò la porta della classe e, rivolgendosi a Suor Emanuela, urlò terrorizzata: «Sorella! Il Diluvio Universale!».

A quel punto, dopo che avevo previsto che eravamo tutti lì a morire come dei condannati sommersi dall'acqua del Diluvio, la cosa che mi venne spontaneo fare fu di correre verso la porta e cercare un varco per uscire.

Riuscii a divincolarmi dalla presa della superiora, scappai fuori e, correndo lungo il sentiero che saliva sul monte dietro l'istituto, tornai a casa.

Arrivato, la dada mi guardò sorpresa chiedendomi come mai fossi lì tanto in anticipo e per giunta da solo.

«Ma dada, scusa, là si muore. C'è il Diluvio Universale. Perché non me lo dite prima? Io lo sapevo già!»

Ecco, queste premonizioni sono sempre state presenti nella mia vita, come del resto ispirano le sensazioni delle mie valutazioni diagnostiche e mediche, il mio modo di

rapportarmi ai pazienti.

È una forma di sensibilità che non voglio definire magica ma che mi ha sempre accompagnato.

È come diventare l'altro, oppure sentire in anticipo che il futuro diventa presente e si va al di là del tempo. Il tempo non esiste più e io sento che sta per succedere una cosa. Naturalmente non prevedo solo eventi negativi; mi succede anche di prevedere cose positive, come per esempio la domanda di un professore durante un'interrogazione.

Dopo il Diluvio Universale la morte era diventata per me un argomento serio, così serio che occorreva analizzarlo, approfondirlo. Non mi sentivo di fuggirla, era diventata una rivale che dovevo interpretare e sconfiggere.

È stato forse a quel punto che ho deciso di diventare medico. Mi affascinavano moltissimo la figura e il ruolo del medico, perché comunque cerca di farcela fino all'estremo, fino alle ultime conseguenze, non si dà mai per vinto.

Quindi quel bambino, scampato al Diluvio Universale, un attimo dopo sognò di indossare un camice bianco come fosse una luccicante armatura. Avrebbe da quel giorno combattuto contro un guerriero nero che non reggeva nella destra una spada ma un'affilatissima falce.

## II Morire nelle vite passate

Nella cultura dei popoli primitivi, come in quella di molte popolazioni dell’Africa, esiste una continuità ciclica tra mondo terreno e aldilà. Per i Dogon del Mali, l’anima del defunto abbandona il corpo per intraprendere un lungo viaggio: girovaga nella savana e raggiungerà il sole, dove troverà la pace eterna.

La morte non annienta l’individuo che si libera soltanto della sua parte fisica. Non c’è mai in queste tradizioni una negazione della continuità della vita, ma solo un mutamento di stato. In Senegal la fede nella reincarnazione compare apertamente e lo spirito passa da un corpo all’altro, come è riportato nella strofa di una mia canzone tratta da un’esperienza di trance: «I morti non sono mai partiti per sempre. L’anima di Yaady è ritornata nel corpo di mio figlio appena nato».<sup>1</sup>

Per i Serer del Senegal Dio ha creato per l’uomo due corpi, uno è presente nel mondo dei vivi e l’altro è nell’aldilà. Una volta lasciato l’involucro terreno lo spirito sale nell’altra dimensione e abita il secondo corpo per poi ritornare ciclicamente.

Nell’Africa Nera non esistono il rifiuto e l’orrore della morte e la collettività accetta serenamente che l’individuo abbandoni la nostra dimensione per poi ritornare.

In Occidente invece prevalgono l’individualismo e la sopravvivenza a spese dell’altro. La morte viene ripudiata, rimossa e gettata fuori di noi sull’altro con la sopraffazione, la tirannia, la guerra.

Nell’attimo del decesso si produce una separazione dell’anima dal corpo, che viene vissuta dalla religione come una condanna: «Ricordati che sei polvere e polvere ritornerai». Ognuno verrà poi giudicato, punito o ricompensato a seconda dei meriti o dei peccati che ha commesso. Nel mondo “civile” l’idea della reincarnazione è totalmente accantonata e, per i non credenti, la morte è la fine di tutto.

Ho cercato antiche testimonianze della morte, ma né Cristo, né Lazzaro ci hanno lasciato, seppure risuscitati, un rendiconto dei passaggi del morire.

Quando assistetti per la prima volta, durante l’ipnosi regressiva, alla morte di un paziente, mi resi conto di essere di fronte a una miniera inesauribile di conoscenza sul tema che tanto mi interessava. Fino a oggi ho visto morire durante la trance, come ho già detto, più di quattromila persone e ognuno di loro ha aggiunto una tessera del mosaico alla mia ricerca sulla morte.

Mi ero lungamente interessato di NDE divorando i libri di Raymond Moody, ma nell’esperienza di pre-morte si assisteva comunque a un ritorno. Il confine della vita non veniva valicato completamente e mi rimaneva il desiderio non appagato di sapere cosa ci

fosse oltre la nostra dimensione. Intanto frequentavo gli ospedali, dove la morte veniva nascosta, sottratta agli occhi di chi poteva vederla. Esisteva la cameretta del morente in fondo alla corsia del reparto. Dietro quella porta un uomo come me ripeteva la fatica di nascere e questa volta per partire in modo molto più doloroso. Mi stupivo del fatto che la morte non fosse un patrimonio comune, che il morente non potesse essere assistito con maggiore partecipazione collettiva.

Nei reparti di rianimazione la morte è la fine di un percorso clinico dopo estremi tentativi di porre rimedio all'inevitabilità della fine. La solitudine del morente si unisce al dolore dei familiari a cui è concessa l'assistenza a orari definiti.

La prima volta che vidi morire in ipnosi un paziente, mi si gelò il sangue. Clara, una giovane donna che soffriva di bulimia, era lì davanti a me, distesa sul lettino e mi parlava, in trance profonda e in amnesia totale, con la voce tremante di una ragazzina francese nella quale si era identificata.

La regressione l'aveva trascinata nella drammatica vita di Pascaline, di tredici anni, mentre veniva stuprata da un uomo con carnagione scura e con dei grandi baffi. Accecato dall'istinto, l'assalitore aveva poi stretto con le sue forti mani il collo della vittima. La stava uccidendo per soffocamento sulla terra della strada.

«Sto morendo...» sussurrò rantolando «sto uscendo dal corpo e mi vedo dall'alto come se fossi lontanissima...»

Ero abituato a leggere rendiconti di tunnel bui, di luce accecante. In questo caso l'animo di Pascaline non era rivolto alla pace, ma una rabbia feroce la pervadeva e con foga continuò, diretta a chi l'aveva stuprata e uccisa: «Che tu sia maledetto! Che sia maledetto ogni uomo che usa violenza contro una donna».

«Sali verso la luce Clara,» la esortai «supera la tua rabbia, lasciati andare... non nutrire di odio la tua bulimia...»

«La mia non è fame di cibo, ma solo d'Amore» mi rispose commossa. Poi, rivolta a se stessa, continuò: «*Mon petit amour, mon petit amour, mon petit amour...*».

Fu questo amore ritrovato nei confronti di se stessa che le permise di lasciare la dimensione terrena.

«Ora posso andare... tutto si dissolve nella luce... Vedo la mia sorellina più piccola, è vestita come un angelo... è venuta a prendermi...»

Ero rimasto prima sconvolto e indeciso se risvegliare o no rapidamente Clara. Poi, quel sentimento incondizionato che era riuscita a rivolgere a se stessa mi aveva incantato. La paziente in realtà aveva curato se stessa ritrovando quell'amore di sé che le mancava.

Clara si risvegliò molto serena, ma particolarmente affaticata. Non ricordava nulla dell'esperienza di trance e, quando le dissi che era morta in ipnosi uscendo dal suo corpo, non mi credette.

Negli appuntamenti successivi, notai quanto fosse migliorata. Riusciva a controllare le crisi iperfagiche e non aveva più bisogno di rimettere. Il vomito che tormentava la sua vita era cessato avendo superato l'esigenza di rigettare la violenza subita: aveva sostituito

la rabbia con un sentimento d'Amore rivolto nei suoi confronti.

Sembra molto strano assistere pazienti che muoiono sul mio lettino di studio per poi fortunatamente risorgere tutti con molte chance di guarigione dai loro disturbi. Morire in trance quindi fa bene, anche se non avrei mai immaginato di usare la morte come una medicina.

Spesso queste morti inraipnotiche sono traumatiche. Tanti vengono uccisi durante una battaglia, una guerra. Altri rivivono incidenti, aggressioni, torture. È frequente che assista a condanne a morte: la ghigliottina, il plotone di esecuzione, la sedia elettrica non sono incontri infrequenti nel mio studio.

Ancora, possono esservi decessi conseguenti a malattie terminali. Particolare è la condizione dei suicidi, di cui parlerò con maggiore approfondimento.

Assisto spesso anche a morti che il soggetto infligge ad altri come nei casi di omicidio. Un capitolo a sé meritano i vissuti di aborti praticati in altre vite che divengono causa di conflitti e depressioni molto profonde.

Rivivere la morte in esistenze precedenti muta profondamente l'approccio dei pazienti alla vita attuale. Anche se al risveglio non resta un nitido ricordo di ciò che è avvenuto in trance, l'inconscio memorizza una verifica di immortalità che elimina la paura della morte dalla vita attuale. La Nera Signora viene sconfitta dalla certezza di essere sopravvissuti alla sua terribile condanna.

Nei miti greci è soprattutto il viaggio dell'eroe Er che ci spiega quale attenzione Platone rivolgesse alla dimensione dell'Oltre.

Er, figlio di Armenio e originario della Panfilia, muore in battaglia e viene adagiato sulla pira pronta ad ardere. Sorprendendo tutti, l'eroe riapre gli occhi riprendendo vita e racconta quello che ha visto nell'Altro Mondo.

È una versione antica delle NDE descritte così validamente da Elisabeth Kübler Ross e Raymond Moody.

Una volta uscito dal corpo, lo spirito di Er raggiunge un paradiso definito come Daimonion, dove le anime devono scegliere il proprio destino. Alcune tornano sulla terra e altre salgono verso la beatificazione.

Aiutati dalle Moire biancovestite, i viaggiatori dell'Oltre scelgono il loro destino. Raggiunta la pianura del Lete (che significa oblio), le anime devono bere l'acqua del fiume Amelete, dimenticando l'esperienza vissuta. Er, non essendosi dissetato, si risveglia sulla pira ricordando la propria esperienza.

L'ipnosi regressiva permette ai pazienti di ripercorrere il viaggio dell'eroe platonico. In molti casi noto come al risveglio le acque del fiume dell'Oblio siano state bevute e, in questo caso, una potente cinepresa permette di gettare uno sguardo nella infinita terra dell'inconscio dove fioriscono le vite e le morti che ci indicano il cammino della nostra consapevolezza.