

Sulla soglia del mistero

PIERO FERRUCCI·SEGUNDA-FEIRA, 14 DE MAIO DE 2018

Questo scritto è rivolto a chi è interessato alla psicosintesi e alla sua espressione. Pur essendo su un argomento abbastanza specifico, è una riflessione su temi che sono rilevanti per tutti: la collaborazione, la coscienza dei propri limiti, il denaro, le parole che usiamo, il rapporto con allievi e pazienti, il mistero dell'esistenza.

Vorrei incominciare parlando di una caratteristica di Roberto Assagioli, il fondatore della psicosintesi, una capacità da cui molti che lo incontravano rimanevano colpiti. A tu per tu ti faceva subito sentire di avere dentro te stesso un grande valore; durante e dopo quell'incontro eri in contatto con le tue qualità migliori, con le tue potenzialità più belle, attivate e pronte a fiorire.

Così si creava un'atmosfera di complicità, e sentivi che eri partecipe con lui di un lavoro vasto, utile e bellissimo. La prospettiva di Assagioli era quella di un'evoluzione della nostra società, che richiedeva la collaborazione di moltissime persone di varie provenienze: un'evoluzione della coscienza, della nostra cultura, del modo di concepire l'essere umano e di entrare in rapporto fra noi. Proprio per questo gli piaceva spesso dire alle persone che incontrava: "Noi facciamo lo stesso lavoro". E' come nella ben nota storia dello spaccapietre, che non compie solo un banale lavoro di fatica, ma partecipa a costruire una cattedrale.

Al tempo stesso, per Assagioli era cruciale che ognuno si occupasse della propria area specifica di competenza, senza interferire con il lavoro altrui, senza giudicare o dire agli altri quello che devono fare. "Chacun doit cultiver son jardin", dice il motto francese tratto da Voltaire che era solito citare: ciascuno deve coltivare il proprio giardino, il che significa formare se stessi e fare il proprio lavoro al meglio. E poi fermarsi lì.

Mantenere l'equilibrio fra queste due opposte tendenze, l'inclusione degli altri e del mondo, e il rispetto rigoroso dei propri limiti, è un compito che ci accompagna per tutta la vita, un equilibrio che è facile perdere, ma essenziale riconquistare ogni giorno.

Chi studia la psicosintesi spesso segue anche altri insegnamenti. Per esempio apprezza il valore di due diverse entità: l'esoterismo e la psicosintesi (ma anche: la Kabalah, il Vedanta, il Buddismo ... e la psicosintesi). Riceve una guida autentica e un nutrimento spirituale di grande qualità da entrambe. Quindi non vede la necessità di tenerle separate, e prova in qualche modo a unirle. Ma due cose buone assieme non ne fanno necessariamente una più grande e migliore.

Roberto Assagioli ha ideato la psicosintesi come entità indipendente da qualsiasi credo religioso o esoterico. La psicosintesi porta le persone fino alla soglia del mistero, ma la responsabilità di fare il passo successivo è loro: “Desidero metter bene in chiaro che la psicosintesi, come concezione scientifica e come attività bio-psicoterapica, non prende alcuna posizione specifica, né metafisica né tanto meno religiosa; essa dà a queste attività dello spirito umano il massimo valore, ma non tenta in alcun modo di invadere il loro campo; essa giunge alla soglia del mistero e lì si arresta.” (“Medicina psicosomatica e biopsicosintesi”, Roma 1967). Credo che ci sia grande valore e grande umiltà in queste forti parole: riguardano il *sapere dove fermarsi*.

Quando mi trovavo per qualche tempo negli Stati Uniti nel 1972, scrissi ad Assagioli domandandogli una chiarificazione sul rapporto fra la psicosintesi e altre forme di spiritualità. Nella risposta scrisse:

“Come sai, avevo cercato di creare un “muro di silenzio” ma esso ha avuto e ha molte brecce! Ora mi sono convinto che non importa tanto mantenere tale “muro” quanto mettere bene in chiaro e mantenere una netta distinzione fra il campo scientifico e gli altri (esoterico, spiritualistico, ma anche religioso e filosofico sistematico). Bisogna far comprendere che la psicosintesi ha un carattere nettamente scientifico e “experiential”. Si basa e resta aderente alla realtà e alle condizioni di ognuno. Quindi, essa si astiene da formulare teorie e da creare “sistemi” o dottrine, sia pure di carattere scientifico o ritenuto tale.”

“Questa sua ‘neutralità dottrinale’ presenta il grande vantaggio che ognuno può inquadrare e usare la psicosintesi entro la cornice (framework) delle proprie convinzioni extrascientifiche (religiose, metafisiche, ecc.) Ognuno ha il diritto di farlo, così come un chirurgo o un ingegnere può aderire – all’infuori della sua

professione – a qualsiasi religione, filosofia o movimento spirituale e occuparsene attivamente.”

A mio avviso questo tema tocca sei punti fondamentali.

Uno è il **linguaggio**. Scrisse il grande filosofo austriaco Ludwig Wittgenstein: “Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt” (cito la frase in tedesco perché è particolarmente bella nella sua lingua originale, quasi come una poesia): il linguaggio che io uso definisce, anzi *significa*, il mondo in cui io vivo. La psicosintesi usa parole neutrali: sé, subpersonalità, inconscio, funzioni psicologiche, etc. Il linguaggio che usiamo definisce i nostri limiti.

I limiti non sono una cosa negativa. Sono un'affermazione di ciò che possiamo e non possiamo fare, di ciò di cui vogliamo parlare e di ciò di cui non vogliamo parlare. Costituiscono un *campo*. Definire un campo è un'impresa che richiede una disciplina rigorosa. per mantenersi all'interno della propria area di competenza. Il linguaggio che usiamo è il linguaggio scientifico (nel senso più vasto della parola, cioè empirico). Il soggetto è l'esperienza umana: quello è ciò che abbiamo, quello è ciò che studiamo.

Da un punto di vista esoterico, invece, qualsiasi evento umano è visto in un contesto incomparabilmente più vasto. Per esempio, secondo l'*Astrologia Esoterica* di Alice Bailey, e cito qui con il massimo rispetto, la nostra vita planetaria è influenzata dalla costellazione dell'Orsa Maggiore, dalle Pleiadi, Sirio, i sette sistemi solari (di cui il nostro è uno), i sette pianeti sacri (di cui il nostro *non* è uno), i cinque pianeti occulti, i sette centri planetari, le sette centri di forza nel corpo eterico umano, e i dodici segni zodiacali, oltre a due grandi stelle, Betelgeuse e Antares.

Ora immaginate di dover comunicare queste idee a un gruppo di agguerriti neuroscienziati in un congresso di psicoterapia, o di insegnanti in cerca di idee pratiche, o di infermieri e medici stressati desiderosi di affrontare il *burnout*, o casalinghi disperati che vengono da voi alla fine di una giornata difficile, dopo aver messo a letto i bambini, e magari vogliono solo imparare a essere un po' meno stravolti. Esoterismo? Forse per alcune di queste persone sarebbe una

bellissima rivelazione. Ma per altre sarebbe causa di confusione o contrarietà. Non sarebbe ciò che cercano. E questo non lo vogliamo far succedere.

Ricordiamo che l'esoterismo usa un linguaggio simbolico e allusivo. Dire che Betelgeuse e l'Orsa Maggiore influenzano la vita umana non è un'affermazione letterale, ma un espediente per risvegliare l'intuizione di chi legge e aiutarlo a intravedere l'unità del cosmo e concepire realtà ineffabili. Al contrario, la psicosintesi usa un linguaggio concreto ed empirico. Sono due espressioni molto diverse.

Altrettanto dicasi della religione. Nella psicosintesi ciò che è visto come un'intuizione del superconscio potrebbe essere interpretato da un cristiano come ispirazione dello Spirito Santo. E un'esperienza della "voce interiore" potrebbe essere per qualcun altro il sussurro di Krishna che ci raggiunge tumulto della vita. Questi sono punti di vista legittimi, se si adotta la prospettiva di uno di questi sistemi. Ma non funziona più se uno non vi appartiene.

Il secondo punto è di **metodo**. La psicosintesi incomincia sempre dal mondo dell'individuo, dal dato empirico. Da quel mondo procede all'universale – cioè descrive fenomeni che accadono anche ad altre persone, e cerca di trovare una struttura in comune. Questo è il metodo della scienza. Per la psicosintesi il Sé e le esperienze transpersonali sono eventi *naturali*. Non sono affatto soprannaturali, ma sono fenomeni da studiare come il flusso delle acque, i movimenti degli astri, o lo sviluppo delle piante.

L'esoterismo incomincia dal cosmo come interazione universale di energie, poi procede al sistema solare, al pianeta, l'umanità, e infine all'individuo. La psicosintesi gioca a un gioco, l'esoterismo a un altro. Si può giocare a calcio oppure si può giocare a scacchi. Ma non si possono combinare i due.

Nella mia esperienza, e per quanto ne so, la psicosintesi è stata creata secondo questo criterio. Se la mescoliamo e la combiniamo con le nostre teorie preferite, la diluiamo e la indeboliamo. Diventa irriconoscibile. Se concepiamo la psicosintesi come quella scuola autonoma di psicologia che essa in realtà è, con

confini suoi propri, con i suoi metodi, il suo linguaggio e i suoi scopi, contribuiremo a mantenerla forte.

Terzo: la **sorgente**. La psicosintesi è una scuola autonoma di psicologia. A volte si sente dire che la psicosintesi è una derivazione dell'esoterismo o una sua traduzione. Alcuni poi ci esortano: siate coraggiosi! Mostrate il vostro vero credo, le vere radici del vostro lavoro. Questa è la psicologia del futuro. Andate avanti! Siate audaci!

Sono molto in disaccordo con questo modo di vedere. Non c'è dubbio che Assagioli fu ispirato dalla Teosofia e da Alice Bailey. Tuttavia concepì la psicosintesi come un sistema autonomo, che ha *in sé* la propria ragion d'essere. Le sue idee e il suo spirito non vengono da un'altra sorgente. Credere che la psicosintesi derivi la sua verità da una sorgente *altra* è fuorviante. Indebolisce la psicosintesi, e la tramuta in una sorta di esoterismo di serie B, il che non è. Inoltre la psicologia contemporanea non sta affatto andando in quella direzione. Al contrario, si sta muovendo verso criteri sempre più severi, metodi più precisi, confini più definiti, e una maggiore importanza data alla ricerca empirica. La psicologia di ora è molto più rigorosa ed esigente che ai tempi di Assagioli.

Torniamo all'autonomia. Pensate a una persona che, per vivere normalmente, ha bisogno del supporto, della guida, dell'energia di un'altra persona. Questo individuo probabilmente mostrerebbe qualche tipo di patologia. Lo vediamo tutti i momenti in psicoterapia, e aiutiamo quei pazienti che siano dipendenti da un aiuto esterno a ritrovare l'accesso alla loro energia vitale e alla loro saggezza interiore. Lo stesso succede con le idee. La psicosintesi è senza dubbio ispirata da tradizioni spirituali di varie epoche. Ma se la concepiamo come derivante il suo essere da un'altra sorgente, una sorgente a cui alcuni hanno accesso e altri no, le togliamo la sua forza intrinseca.

Nel momento in cui l'autorità spirituale è *da un'altra parte* non *dentro di noi*, dipendiamo da altre persone che facciano mediazione fra quell'autorità spirituale e noi stessi. A me pare che tutto lo sforzo della psicosintesi vada proprio nella direzione opposta: nel dare a noi, alla nostra esperienza nel qui ed ora, tutto il

valore che merita, usando il nostro linguaggio, i nostri concetti e le nostre costruzioni concettuali. Pensare alla psicosintesi come a una versione dell'esoterismo per le masse non solo ne dà una falsa idea: sminuisce anche l'originalità di Assagioli, come anche il potenziale di apprendimento dell'allievo o paziente.

Nella psicosintesi si possono trovare echi di varie tradizioni e sistemi: per fare qualche esempio, la disidentificazione è una eco del Vedanta; Platone parlò di "psicagogia" (autoeducazione e lavoro su di sé); l'idea di discesa nell'oscurità e di ascesa verso lo Spirito è un tema forte della Divina Commedia; le storie del Graal celebrano la ricerca della coppa colma di amore e di conoscenza; nella tradizione ebraica l'incontro fra "Io" e "Tu" è centrale. Questi sono tutti temi che si possono trovare nella psicosintesi, anche se a volte radicalmente trasformati: per esempio, il Vedanta ha una visione deterministica del destino umano, per Assagioli è proprio la disidentificazione che agevola la volontà. Altri esempi: Assagioli trovò in Goethe alcuni temi poetici che hanno contribuito alla creazione della psicosintesi; da Freud ha recepito l'idea di inconscio; da Jung il tema degli archetipi e dell'inconscio collettivo; da Hermann Keyserling l'idea dell'insegnare la saggezza; dalla tradizione americana, da Emerson a James a Maslow – il soggetto delle espansioni di coscienza. E questo è per fare solo qualche esempio.

Non che Assagioli abbia preso i pezzi qua e là e li abbia poi messi assieme. Tutti questi influssi lo hanno *ispirato* a creare la sua sintesi originale. Ci ha lavorato dal 1909 (o anche prima) fino alla morte nel 1974. Più di 65 anni. Perché mai avrebbe dovuto impegnarsi a creare la psicosintesi, cioè costruire una scuola di psicologia e pedagogia, entrare nella difficile arena della psicologia e pedagogia, incontrare alcune delle migliori menti nella psicologia e nella psichiatria del ventesimo secolo, e in questo modo partecipare non a una, ma a due rivoluzioni (la psicanalisi e la psicologia umanistica e transpersonale) nella breve storia della psicologia, darsi da fare iniziando centri e istituti e attività e didattiche e pubblicazioni in tutto il mondo – se poi il risultato non era poi altro che una sorta di esoterismo diluito?

E poi, naturalmente, non bisogna dimenticare gli enormi progressi della psicologia negli ultimi decenni. Di questi la psicopsintesi deve e può tenere conto. Da questi sviluppi può essere arricchita e rafforzata. In alcuni casi li ha precorsi, e anche questo è un aspetto significativo. Qui si parla di *sintesi*, non di traduzione.

Nel tracciare le differenze fra la psicopsintesi e varie forme di spiritualità come l'esoterismo, dobbiamo tenere presente anche l'aspetto dell' **adesione**. La psicopsintesi non richiede un coinvolgimento con un sistema nella sua totalità; si possono scegliere solo gli aspetti e le tecniche che si trovano utili e rilevanti, senza un impegno pieno a una fede e a una vasta visione del mondo che copre tutti gli aspetti della vita interiore ed esteriore. Non è così per l'esoterismo, invece, o la religione, che richiedono da parte nostra un *pieno abbandono di sé* a una intera prospettiva sulla realtà. Qui siamo davanti a due tipi molto diversi di adesione.

Una caratteristica fondamentale della psicopsintesi è che lascia le persone libere di abbracciare qualsiasi credo, senza forzarle ad accettare un insieme di presupposti e di credenze. E per coloro che una fede ce l'hanno già? Nessun problema. La psicopsintesi spesso aiuta molte persone a capire più in profondità qualsiasi sistema religioso o esoterico a cui sian abbiano già aderito.

Abbiamo poi la questione dell'**etica professionale**. La "neutralità dottrinale" è un dovere in ogni professione, dove a chi è nella posizione di aiutare e istruire viene chiesto di rispettare la visione del mondo di allievi/clienti/pazienti, senza vendere o contrabbandare loro la propria, o usando il prestigio del proprio ruolo per convincerli del proprio credo.

Quando arriviamo alla soglia del mistero, ci dobbiamo fermare. Non farlo, e andare avanti come se niente fosse (pur con la migliore delle intenzioni), significa portare una persona in territori dove non ha chiesto di andare. Noi non possiamo fare queste scelte per altri, senza neppure informarli. E' come un autobus che anziché fermarsi al capolinea prosegue senza arrestarsi, andando fuori rotta e obbligando i passeggeri ad andare dove non avevano chiesto di

andare. Per questo l'Istituto di Psicossintesi si dichiara nel suo Statuto *aconfessionale* (art. 1).

A volte poi succede proprio l'inverso. Le persone che incontriamo nel nostro lavoro sono già state in territori lontani, hanno già compiuto delle scelte e costruito la loro visione del mondo. Immaginate che un paziente venga da me dicendo che è stato traumatizzato in una vita precedente. Io accetterei immediatamente la sua spiegazione e richiesta di lavorare su questo punto. Mi muoverei nell'ambito del suo mondo, rispettandolo per ciò che è. In questo specifico caso devo dire che ho i miei dubbi che si tratti veramente di una vita passata (benché sia aperto a questa ipotesi). Penso che abbia più a che fare con l'inconscio del paziente (ma non è necessario che glielo dica e cerchi di persuaderlo). L' inconscio ha, come spieghiamo ai nostri allievi, una straordinaria capacità *mitopoietica*: l'abilità di creare storie immaginarie e farle apparire così vere e convincenti che uno non può distinguerle dalla realtà. Il lavoro di Elizabeth Loftus sui falsi ricordi pure indica questa direzione. Qui voglio dire anche che Assagioli in genere sconsigliava di regredire alle "vite precedenti" (ammesso che tali fossero). Eravamo meno evoluti in una (eventuale) vita passata che in quella presente, quindi perché andare a risvegliare materiale dormiente e temi già superati? Bisogna sempre seguire la via più semplice. Ma come psicoterapeuta accetterò qualsiasi modello del mondo un paziente mi porti, muovendomi poi al suo interno. In quanto terapeuti, guide, educatori, counselor, siamo anzitutto *ospiti*.

Infine c'è la questione del **denaro**. Spesso il lavoro nell'ambito esoterico è considerato gratuito. Questo è per sottrarre chi lo compie alle dinamiche della società, e per dargli una libertà interiore che altrimenti potrebbe non avere. Così *non* è nel caso della psicossintesi, più calata nelle vie del mondo, e spesso presentata come un lavoro professionale e quindi pagato. Il denaro nella nostra cultura (quella con radici cattoliche, meno nel mondo protestante) ha spesso connotazioni negative. E' visto come qualcosa di impuro, che corrompe lo spirito. Questi sono condizionamenti storici e sociali che connotano i soldi, ma non sono la sua essenza. Come Assagioli illustra nel suo scritto in proposito ("Denaro e vita spirituale"), il denaro è uno strumento neutrale, e le

caratteristiche e il fine che gli vogliamo dare dipendono da ognuno di noi. Il lavoro *deve* essere retribuito, e non farlo gli toglie valore. Questo è spesso un argomento che affrontiamo con i nostri allievi, alcuni dei quali a volte si sentono in colpa e imbarazzati per ricevere soldi da un'opera che si basa sulla solidarietà, l'empatia, la cura dell'altro, la generosità di intenti: valori senza prezzo. Farsi pagare per questo lavoro (counseling, psicoterapia, insegnamento, ecc.) sembra ad alcuni mercenario. Invece è uno scambio di energia, e se lo scambio non c'è, il lavoro è danneggiato. Ciò che è pagato non è il valore spirituale, che non può mai essere ridotto a merce, ma il tempo e l'impegno di chi lavora.

Ognuno di questi sei temi è a mio avviso fondamentale nel lavoro di picosintesi, cioè di autoformazione e di cura degli altri. Argomenti su cui ho cercato qui di chiarirmi le idee, senza nessuna intenzione di dire l'ultima parola o di interferire col lavoro altrui.