

**ISTITUTO DI PSICOSINTESI**  
**Via San Domenico 16**  
**50133 FIRENZE**

## CORSO DI LEZIONI SULLA PSICOSINTESI

II Lezione - 1967

### STADI DELLA VOLONTA' - LA DELIBERAZIONE E LA DECISIONE

*Dott. Roberto Assagioli*

Cominciamo, come si dovrebbe sempre fare, con una considerazione semantica, cioè precisando il senso delle parole che usiamo. “Deliberare” ha due diversi significati che devono venir tenuti chiaramente distinti: il primo è esaminare, ponderare; il secondo è decidere.

Questo doppio significato è un inconveniente se non si fa la debita distinzione, ma anche un aspetto positivo, cioè indica lo stretto rapporto tra le due azioni interne che esprime. Esse dovrebbero costituire due momenti o fasi di uno stesso atto. Infatti, scopo di ogni deliberazione nel primo senso, di ogni considerazione di una o più possibilità, è quello di portare ad una decisione, altrimenti non servirebbe a nulla. D'altra parte, decidere senza aver prima deliberato - cioè esaminato e valutato tutti gli aspetti della questione, della scelta che ci sta dinanzi - induce a compiere atti impulsivi, inconsiderati, inconsulti, e quindi spesso errati e dannosi per noi e per gli altri. Si noti il significato delle parole “inconsiderati”, cioè privi della debita considerazione, e “inconsulti”, cioè fatti senza consultazione.

E' opportuno rendersi ben conto della immensa quantità di azioni che gli uomini commettono impulsivamente, senza aver riflettuto sulle conseguenze che ne derivano; basti ricordare quanti delitti vengono compiuti in questo modo, quante parole inopportune e dannose, causa di urti e di conflitti, si dicono per non aver “pensato prima”.

In realtà, pochi “pensano” veramente. Il pensare è scomodo, faticoso; obbliga alla concentrazione che richiede una volontà persistente; inoltre spesso il risultato della riflessione è in contrasto con le nostre tendenze, con i nostri desideri. Da ciò l'importanza, anzi la necessità, di imparare a pensare veramente, a riflettere, a meditare.

Queste sono fra le tecniche psicosintetiche più utili e costituiscono una necessaria preparazione all'opera di considerazione e di riflessione richiesta dalla deliberazione. Tutte queste tecniche sono collegate: per deliberare bene bisogna pensare

e meditare; ma per pensare, meditare e poi deliberare, occorre anzitutto frenare le tendenze, gli impulsi che spingerebbero all'azione immediata. Occorre "prendere tempo", il tempo necessario per esaminare tutti gli aspetti della situazione e poi riflettere su di essa. Occorre quindi anzitutto un atto di inibizione.

Perciò giustamente il Calò, nel suo articolo sulla volontà pubblicato nella Enciclopedia Treccani, dice:

"L'atto volontario è sostanzialmente, almeno sotto un aspetto importantissimo, inibizione, la quale però non è inibizione automatica, come quella che una tendenza, o l'energia propria di un'idea, può esercitare contro un'altra, ma è voluta, prima contro tutto perché la deliberazione stessa sia possibile, poi, nella decisione, contro quelle fino allora rimaste in competizione col fine che viene preferito. Codesto aspetto di inibizione può essere più o meno appariscente, dai casi in cui tutto lo sforzo del volere pare esaurirsi (ma non è mai letteralmente così) nello sforzo di inibire certe tendenze e ridursi a un non-volere, fino a quelle in cui la rapidità e la facilità della decisione paiono quasi sopprimerlo - ma non manca mai."

Agli orecchi moderni la parola inibizione suona piuttosto male; fa pensare alla repressione e alle deprecate cattive conseguenze, si potrebbe dire che vi è ora una vera fobia della repressione! Perciò è bene insistere sulla differenza profonda che vi è fra "repressione" o "rimozione" e dominio cosciente. Questo è chiamato spesso, ma non esattamente, controllo che è, in questo senso, un anglicismo; in italiano controllo significa "verifica". Più precisamente occorre veder con chiarezza le differenze e i rapporti esistenti fra inibizione, repressione, dominio, freno, subordinazione, regolazione, direzione.

A proposito di quanto dice il Calò, credo opportuno precisare che l'inibizione non è per se stessa uno "stadio" della volontà, ma è un suo aspetto necessario, non soltanto per la preparazione all'azione volontaria, ma per creare le condizioni necessarie in tutti i suoi stadi. L'inibizione è indispensabile per avere il tempo occorrente alla valutazione, alla scelta dei fini, degli scopi da proporci; ma è altrettanto necessaria nel più lungo stadio dell'accurato esame dei motivi e dei moventi.

Di questi ho già parlato, ma devo aggiungere che una delle considerazioni necessarie, affinché un atto volontario abbia buoni effetti, è anzitutto lo smascheramento e il dominio dei moventi inconsci, spesso di natura inferiore. Occorre poi che i motivi consci e prevalenti siano buoni, costruttivi per noi e per gli altri. Però neppure questo basta; è bene dirlo esplicitamente, perché molti credono che basti la buona intenzione e, se commettono errori o danni, si giustificano dicendo: "le mie intenzioni erano buone, io l'ho fatto a fin di bene". E' noto il detto che "l'inferno è lastricato di buone intenzioni". Questa frase può esser presa in due sensi: il primo, il più ovvio, è quello dell'inerzia o della debolezza di tante persone buone; in esse l'"intenzione" buona non è seguita dalla decisione, dall'affermazione e dall'azione,

perciò resta inefficace. L'altro significato si riferisce alle cattive conseguenze che possono aver le azioni fatte con le migliori intenzioni ma senza saggezza, anzi talvolta senza buon senso. Quelle conseguenze sono messe bene in evidenza dall'aneddoto della "buona scimmia": una volta una scimmia vide un pesce immerso nell'acqua, essa credette che stesse per annegare, perciò corse a prendere il pesce e lo depose sul ramo di un albero. - La stupidaggine di quella buona scimmia fa ridere, ma dobbiamo renderci conto che vi sono molti atti dello stesso genere, meno grossolani, meno evidenti, ma che hanno effetti assai dannosi. Citerò, fra i più frequenti, gli errori dei genitori che prendono decisioni e impongono attività ai loro figli, credendo sinceramente di fare il loro bene, ad es. indirizzandoli verso una professione, una carriera redditizia o di prestigio, oppure proteggendoli eccessivamente, impedendo loro così di fare le necessarie esperienze per conto proprio, pur esponendosi a disagi e a qualche rischio, oppure interferendo secondo le proprie idee nelle loro scelte matrimoniali. (Talvolta lo fanno in tutti e tre questi modi!)

Attualmente questo produce sempre maggiori conflitti fra le generazioni. Molti ora disdegnano la vita comoda, "borghese", le occupazioni consuete, e si sentono spinti ad attività d'altro genere, non di rado con scopi umanitari, benefici, con un nuovo senso di socialità, di partecipazione umana, che gli adulti spesso non hanno.

Di vari casi di questo genere è stata data notizia recentemente nei giornali e nei periodici; si tratta di giovani che vogliono andare in paesi lontani, in via di sviluppo, per svolgere attività sociali, umanitarie, ma questo suscita contrarietà e desolazione nei genitori. Un esempio meno recente e ben noto, ma dimostrativo, è quello della figlia di un ammiraglio inglese, la quale, dopo aver letto soltanto un opuscolo di Gandhi, decise, con forte disapprovazione e dispetto dell'ammiraglio, di andare da lui, e gli restò sempre vicina divenendo la sua segretaria e valida collaboratrice.

Per la verità è giusto dire che non tutti i genitori si oppongono alle aspirazioni dei giovani; ce ne sono di comprensivi e disposti ad assecondarli. Citerò i genitori di un giovane quindicenne i quali, seguendo il mio consiglio, accolsero la sua richiesta di andare in uno dei campi di lavoro del "Servizio Civile Internazionale", ove si trovò benissimo. Aspirazioni e decisioni di questo genere non dovrebbero spaventare i genitori; i campi di lavoro danno garanzia che i giovani abbiano cura e protezione; perciò sono assai consigliabili.

Molto ci sarebbe da dire sul problema dei rapporti fra i giovani e gli adulti; oggi mi limiterò a consigliare vivamente i genitori, anzi tutti gli adulti, di astenersi dal pronunciare le parole spesso usate, ma che sono inopportune, controproducenti, e costituiscono quindi un grosso errore psicologico: "ai miei tempi ....."; tali confronti nostalgici fra passato e presente espongono a risposte del genere di quella data, da una bambina al padre, seccato dalle sue domande, alla quale il padre aveva detto: "sai che cosa sarebbe successo se avessi fatto tante domande a mio padre?". La risposta fu: "ora saresti capace di saper rispondere alle mie!".

Quanto alle decisioni prese da noi stessi, il primo passo o stadio della deliberazione consiste nel veder chiaro, nel porre nettamente il problema e le alternative

che ci stanno dinanzi; questo sembra ovvio, ma molto spesso non viene fatto. Il secondo stadio consiste nel riconoscere con senso realistico le possibilità di attuare lo scopo che vorremmo raggiungere; la tempestività che l'azione richiede; la gradualità dei vari passi o tempi occorrenti per passare dal progetto, dal programma, all'attuazione.

E' stato detto che la politica è l' "arte del possibile", ma si potrebbe dire che gran parte della saggezza, almeno della saggezza pratica, consiste in questo, ed è qui che 'peccano', nobilmente ma con effetti dannosi, molti idealisti. Tengono gli occhi così fissi sulla cima scintillante, che non guardano dove mettono i piedi e rischiano di inciampare e di cadere; oppure tentano di salire direttamente, per vie impraticabili, invece che procedere in modo sinuoso, con le svolte necessarie, lungo i fianchi della montagna ove essa è accessibile.

Una cosa che deve esser ben presa in esame, e fatta oggetto di attenta considerazione, sono le conseguenze degli atti che ci accingiamo a compiere. E' un esercizio di previsione, che richiede attenta riflessione e senso psicologico, soprattutto quando si tratti di azioni che implicano rapporti con altri e richiedono la loro cooperazione. Se non lo facciamo, le nostre parole e i nostri atti possono essere addirittura controproducenti. Uno degli esempi più semplici è quello della nostra insistenza e della nostra impazienza che suscitano facilmente reazioni negative negli altri. In questi casi non basta una discriminazione solamente mentale, occorre la facoltà psicologica detta empatia, cioè la capacità di entrare, per così dire, nell'animo altrui ed immaginare e intuire quali effetti le nostre parole e atti possono produrre.

Esaminiamo ora un altro modo di prendere decisioni: quelle determinate da moventi che provengono dal supercosciente, o attraverso il supercosciente, sotto forma di illuminazioni, ispirazioni, spinte all'azione (interna o esterna), che abbiano carattere spirituale in senso largo: creatività artistica, atti altruistici e umanitari, ricerca della verità. Non è facile precisare la loro origine; possono essere attività del supercosciente, possono provenire dal Sé spirituale o da altre fonti, ma non è necessario saperlo.

Quello che importa è di riconoscere quelle spinte, quelle ispirazioni, aprirsi ad esse ed accoglierle. Ho detto accoglierle, poiché non sempre siamo disposti a farlo, talvolta esse suscitano perplessità, ed anche reazioni negative, sia da parte dell'Io cosciente, sia da elementi dell'inconscio inferiore. Infatti queste ispirazioni, queste spinte, non di rado sono 'scomode' per la nostra personalità, sospingono ad assumere impegni, a compiere atti che richiedono spirito di sacrificio, dedizione e anche rischio.

D'altra parte anche queste ispirazioni e spinte interne non vanno accolte e seguite senza una debita deliberazione, senza sottoporle a un attento esame. Occorre anzitutto riconoscere bene quali sono le intuizioni genuine, le ispirazioni, le spinte ad agire che vengono veramente dall'alto del supercosciente, distinguendole dagli impulsi che giungono invece da altri livelli dell'inconscio, o attraverso di esso, da influssi esterni. La differenza è talvolta evidente, ma non di rado è difficile riconoscerla.

Si può dire che noi viviamo immersi in un oceano, avvolti in una atmosfera psichica; siamo continuamente soggetti a influssi psichici di ogni genere e provenienza,

e anche qui l'apparenza buona non basta. Una attenta, accurata e continua discriminazione è particolarmente necessaria per le persone che hanno una grande sensibilità psichica.

Inoltre, anche se l'ispirazione ha un'origine veramente elevata, se l'intuizione è genuina, si possono commettere - e in realtà vengono spesso commessi - grandi errori nell'interpretarle e nell'attuarle. Occorre un adeguato sviluppo mentale per comprenderle giustamente, e un saldo auto-dominio per non averne reazioni emotive eccessive (talvolta fino alla esaltazione) o esser spinti ad agire in modo impulsivo e fanatico.

Perciò anche riguardo a questo occorre fare quello che è stato detto riguardo alle altre motivazioni. Anzitutto non passar subito all'azione ma usare, con un atto di volontà, l'inibizione necessaria per avere il tempo e il modo di prender in esame la ispirazione e deliberare se sia opportuno seguirla. Anche questo non è facile, da un lato bisogna far uso della mente, ma dall'altro non bisogna, per eccesso di senso critico, polarizzare l'ispirazione. In vari casi l'esperienza ha dimostrato che l'originario lampo intuitivo, la prima spinta, erano giuste, mentre le successive elaborazioni producevano dubbi e confusioni.

Comunque le difficoltà non debbono distogliere dall'usare questo modo per arrivare a giuste scelte o a compiere atti benefici. Anzi, coloro che non hanno intuizioni o ispirazioni spontanee, dovrebbero usare i metodi atti a risvegliarle. Questo è necessario per uno sviluppo integrale ed armonico della personalità, per una completa psicosintesi.

I metodi per attivare il supercosciente e includerlo nella personalità cosciente e quelli per ricevere, riconoscere e far buon uso delle ispirazioni ed intuizioni sono in gran parte gli stessi. Consistono essenzialmente nei vari procedimenti con i quali si praticano la meditazione recettiva e quella riflessiva. Sono stati esposti nella Lezione XI del corso tenuto nel 1963, perciò non occorre ripeterne qui l'esposizione.

Un altro modo per arrivare alle decisioni è quello di consigliarsi con altri. Questo metodo può essere di grande aiuto, ma può anche essere causa di inconvenienti ed errori; ciò dipende dall'atteggiamento preso e dai modi usati, tanto da chi chiede consigli quanto da chi ne dà. In molti casi però è necessario farlo, anzitutto quando le deliberazioni coinvolgono altre persone e i loro interessi morali e materiali. Inoltre è necessario quando non abbiamo elementi occorrenti di giudizio, sia per mancanza di informazioni, sia per mancanza di competenza specifica.

I vantaggi del metodo sono vari. In primo luogo, il solo fatto di esporre ad altri un problema, aiuta ad impostarlo chiaramente, a obiettarlo per così dire, a comprenderlo meglio noi stessi. Talvolta il solo fatto di formulare bene il problema, fa emergere la soluzione, fa 'vedere' la via da seguire anche prima che un altro risponda. Ciò poi è favorito dalle domande che pone colui che consultiamo, dal suo modo di considerare la questione che spesso mette il problema in una luce diversa, e ci rende consapevoli di altri 'punti di vista' possibili o più adatti. Inoltre, l'esposizione verbale

serve a ‘scaricare’ le emozioni suscitate dalla questione e quindi elimina un’importante causa di annebbiamento e di errori. La formulazione mentale aiuta anche a frenare il lavoro spesso turbinoso e inconcludente della mente e la obbliga a pensare in modo ordinato.

Vi è infine la sottile e mal definibile, ma reale, azione esercitata dalla sola presenza di un ascoltatore benevolo e comprensivo. E’ un’azione che si può chiamare ‘catalitica’ poiché è analoga a quella esercitata in una combinazione chimica da una sostanza che non vi prende parte essa stessa, ma che la rende possibile, o accelera col suo solo contatto. Questa azione chimica è essa pure difficilmente spiegabile, ma è efficacissima e largamente utilizzata in vari processi industriali. Anche in questo caso non occorre conoscere la intima natura del fenomeno per utilizzarlo.

Gli inconvenienti del consigliarsi con altri consistono, da parte di chi chiede consiglio, nel desiderio di sottrarsi alla propria responsabilità, nella forte tendenza, che vi è in molti, ad appoggiarsi sugli altri, a credere a loro senza discriminazione, ad essere affascinati o suggestionati dal loro prestigio, dalla loro presunta autorità. Altri inconvenienti sorgono quando ci si rivolge per consiglio a più persone; allora i pareri spesso contrastanti possono aumentare l’incertezza.

Ancora maggiori sono gli inconvenienti prodotti dagli errori commessi da chi consiglia. Vi è in tutti un forte impulso a consigliare e anche qui, il movente cosciente può esser buono, lo si fa a fin di bene; ma spesso si è spinti anche da altri moventi inconsci, quali il piacere di assumere una posizione di superiorità, la soddisfazione dell’amor proprio, la presunzione intellettuale, il credere di saperla più lunga degli altri. Così si danno spesso consigli anche non richiesti, con faciloneria, senza senso di responsabilità, senza aver prima noi stessi considerato, riflettuto e deliberato.

Un altro inconveniente è quello di dare consigli precisi, anche giusti, mentre chi chiede potrebbe arrivare *da sé* a decidere; in tal modo gli si toglie l’occasione di fare utili esperienze, di sviluppare questo aspetto della volontà. Talvolta però, e direi per fortuna, l’eccessiva intromettenza dei consiglieri non richiesti provoca una giusta reazione, che è stata espressa nella nota risposta: “non datemi consigli, so sbagliare da me”.

Perciò è utile esaminare qual’è la giusta **tecnica del consigliare**. Anche in questo caso un esame accurato e consapevole del linguaggio, per formulare ‘la giusta designazione’, è molto utile per indicare qual’è l’atteggiamento da prendere e il modo di procedere da parte di entrambe le persone. Invece di “chiedere consiglio” è meglio dire “consultarsi con”, e da parte dell’altro invece di salire sullo scranno del “consigliere”, prendere la posizione del “consulente”, che dà informazioni e pareri. Questa è infatti la parola usata sia dagli esperti tecnici, sia nei vari “consultori” psicopedagogici, matrimoniali, ecc. che svolgono un’opera utilissima e che dovrebbero divenire molto più numerosi per sopperire ad un grande ed urgente bisogno.

I modi più utili nel quale un “consulente” può aiutare sono:

1. come ho detto, impostare bene il problema sul quale deliberare la questione da risolvere, riunendo e completando tutti i dati e le informazioni necessari ed utili, e poi coordinandoli in modo che la questione sia posta nei suoi giusti termini.
2. quando il problema riguarda rapporti con altre persone (ad es. figli, coniugi, genitori, datori di lavoro, dipendenti) aiutare a vedere anche il loro punto di vista, e a dare a questo la debita considerazione. Spesso a tale riguardo ci sono delle cecità incredibili, anche da parte di persone intelligenti, e ne derivano esigenze ingiuste, pretese eccessive, che provocano reazioni ostili, anche violente.
3. mettere in evidenza le conseguenze inevitabili delle varie scelte possibili; dimostrare come agisce la legge di causa ed effetto e come non sia possibile sottrarsi ad essa. Questo è importante e di applicazione generale. La legge di causa ed effetto è conosciuta ed ammessa senza discussione nelle scienze naturali; in psicologia si comincia a conoscerla ed a utilizzarla, ma si dovrebbe tenerne conto in ogni circostanza della vita. Ricordiamo sempre che la vita è retta da leggi, conoscerle aiuta a cooperare con esse.
4. aiutare a interpretare rettamente le impressioni, le indicazioni ricevute dall'inconscio, soprattutto da quello superiore, sia sotto forma di spinte spontanee, di intuizioni e anche di sogni.

Il metodo della consultazione può esser usato in modo molto semplice: col dialogo. Ho detto in altra occasione che per la psicoterapia, per la psicotesi, bastano in molti casi due sedie, e tutt'al più un tavolo; non occorrono apparecchi complicati e costosi, quello che si potrebbe chiamare "la retorica dello sperimentalismo".

Il metodo del dialogo non è nuovo; l'esempio più noto è quello dei dialoghi socratici, trasmessi a noi da Platone, nei quali è ammirevole il modo di procedere abile ed arguto di Socrate, l'arte finissima con la quale Socrate fa arrivare l'interlocutore a scoprire egli stesso la verità e prendere le giuste posizioni. Recentemente il metodo del dialogo ha ricevuto un rinnovato apprezzamento, soprattutto per opera di Martin Buber, e viene usato in modo crescente nella psicoterapia.

La riunione del movimento della "Medicina della Persona" creato dal Dott. Paul Tournier di Ginevra, tenuta nel 1967 presso Zurigo, ha avuto per tema centrale appunto il dialogo sotto i seguenti aspetti:

il dialogo per il medico personale, il dialogo coniugale, parapsicologia e dialogo, il dialogo per lo psichiatra, il dialogo con Dio, poi della meditazione. Il meditare con altri riesce spesso più facile, e chi abbia pratica di meditazione può insegnare come farla e dirigere opportunamente la meditazione in comune. Inoltre lo stare in silenzio insieme favorisce l'azione catalitica prodotta dalla presenza e la discesa di intuizioni e ispirazioni.

Vi sono infine le deliberazioni collettive. Questo modo di deliberare è sempre stato usato (bene o male), e lo è sempre più nel mondo moderno, favorito dalla facilità delle comunicazioni. Anche questo metodo ha i suoi particolari vantaggi, ma può presentare vari inconvenienti. Il vantaggio più evidente è quello di dar modo di esporre, di conoscere i vari aspetti della situazione, del problema sul quale decidere, di considerarlo da diversi punti di vista a seconda della mentalità e della competenza dei

vari interlocutori. In tal modo si assumono e si equilibrano le qualità di ognuno, e si può presumere che le decisioni prese all'unanimità o a maggioranza, risultino giuste e opportune.

E' il metodo democratico nel miglior senso della parola, esso però per dare buoni risultati presuppone una cosa molto difficile, che cioè tutti coloro che partecipano alla deliberazione abbiano un'atteggiamento obiettivo e spassionato, si propongano sinceramente di arrivare alla soluzione migliore; ma dato quella che è la natura umana sarebbe inganno crederlo e sperarlo. Quasi sempre vi si oppongono interessi personali o di gruppi, i preconcetti ed i pregiudizi individuali e di gruppo e, non ultimi, l'ostinazione o il puntiglio suscitati dalla vanità o dalla presunzione di far prevalere la propria opinione già espressa senza più "intender ragione". Ne abbiamo continue prove nei resoconti delle discussioni che si svolgono nelle assemblee di ogni genere!

Inoltre, anche a parte queste cause, non di rado gli elementi in favore o contro la decisione emersi dalla considerazione dei vari aspetti della questione sembrano equilibrarsi o rendere difficile accogliere quale debba prevalere; perciò ne derivano incertezze, e quindi la decisione ..... di rinviare la decisione, ma poi può risultare che questa sia la peggiore decisione! In occasione di una prolungata discussione al Senato dell'antica Roma sulle decisioni da prendere riguardo alla lotta che si svolgeva attorno a Segunto, avvenne che "Dum Romae consulitur Seguntum expugnatur" (mentre i senatori si consultavano, Segunto veniva espugnata). Anche di questo non mancano esempi, e ciò avviene tanto più, quanto più il numero dei consulenti è grande. Come dice esagerando umoristicamente P.Lafitte: "Un amministratore amministra, tre amministratori studiano il modo migliore per amministrare, cinque amministratori discutono su programmi opposti, sette amministratori chiacchierano".

Eppure, malgrado questi gravi inconvenienti, il metodo dittatoriale o autoritario che dà o lascia ad una sola persona il potere di decidere, è più pericoloso ed espone a veri disastri (non occorre esemplificare). Camillo Cavour che se ne intendeva, avendo provato entrambi i regimi, ebbe a dire: "Preferisco la peggiore delle Camere alla migliore delle anticamere".

Comunque in molti casi le deliberazioni collettive non possono venir evitate; vediamo perciò come possano esser prese in modo da limitarne gli inconvenienti e utilizzarne i vantaggi. La prima regola è quella di ridurre al minimo il numero di coloro che prendono parte alle decisioni; ciò non esclude che partecipino all'esame della questione degli esperti, ma solo con attribuzioni consultive. Un'altra norma è quella di por dei limiti di tempo, sia alla discussione, sia alle decisioni. Come è noto, ciò fu fatto in modo molto deciso e ..... 'decidente', quando i cardinali riuniti a Viterbo non riuscivano dopo la morte di Clemente IV nel 1268 a mettersi d'accordo per eleggere il nuovo Papa, i Viterbesi dopo aver pazientato a lungo, scoperchiarono il tetto del palazzo ove i cardinali deliberavano!

Una terza norma importante è quella che coloro che determinano le decisioni, debbano assumersi ogni responsabilità, debbano 'risponderne', tanto in gruppo, quanto individualmente.



Un esempio interessante, e che ha dato buoni risultati delle consultazioni in gruppo per le attività da svolgere mediante la meditazione di gruppo, è quello del movimento del 'Riarmo morale'. Esso che è stato promosso dal F. Buchmar prima col nome di 'Gruppi di Oxford', svolge un'ottima opera di affiatamento, di conciliazione, di eliminazione di conflitti in tutti i campi: politico, economico, industriale, ecc. Vi è un numero crescente di giovani che vi partecipano usando metodi efficaci come rappresentazioni teatrali, canzoni, ecc. Notizie sulle attività del 'Riarmo morale' vengono date dalla piccola rivista 'Il Mondo di Domani' pubblicato a Milano.

Oltre a queste norme di carattere generale sul metodo della consultazione ve ne sono altre da adottare nelle diverse situazioni nelle quali si deve deliberare. Non posso parlarne ora, ma dirò soltanto che le deliberazioni che ognuno di noi può trovarsi a dover prendere insieme con altri dovrebbero consistere nel 'consigliarsi insieme' su una base di parità. Occasioni per farlo si presentano spesso nella vita familiare; l'atteggiamento giusto da prendere si può riassumere nella formula 'non discutere', ma cercare insieme la soluzione migliore. Per questo occorre che ognuno abbia fatto la preparazione già indicata per le deliberazioni individuali, cioè l'esame dei propri moventi e motivi.

Prima di concludere dirò qualcosa delle 'differenze caratterologiche'.

Finora ho trattato il tema della deliberazione e decisione in modo generale, ma anche qui, come per ogni altra azione psicologica, occorre tener molto conto delle *differenze individuali* che sono spesso grandi, e adattare i metodi a ciascun tipo psicologico. Così, riguardo al soggetto di cui ci stiamo occupando, occorre anzitutto distinguere due tipi umani opposti: quello degli 'impulsivi' e quello degli 'indecisi'.

Quanto ho detto finora vale soprattutto per gli impulsivi, i quali sono la grande maggioranza, data la tendenza generale nel nostro tempo all'attivismo sfrenato, e quindi alla prevalenza, direi alla prepotenza, degli estroversi. Questo poi è vero particolarmente per l'Italia, poiché gli italiani sono più che di altri popoli estroversi, e quindi impulsivi e passionali.

Alla minoranza, che però non è esigua, degli indecisi, "convien tener altro linguaggio", con essi bisogna insistere sulla necessità di *prendere decisioni*, e di farlo tempestivamente, di cogliere a volo le occasioni che si presentano. A questo proposito citerò il detto di un saggio orientale che vale per entrambi i tipi: "Non si può salire sul cammello che non è ancora arrivato" (per gli impulsivi), "ne su quello che è già partito" (per gli indecisi)!

Ma dobbiamo distinguere due casi o gruppi di cause diverse di indecisione. Una si può considerare "costituzionale" nei tipi introversi che spesso si abbandonano ad una eccessiva e sterile autoanalisi, e hanno un forte senso che è talvolta un vero complesso di inferiorità. Tra parentesi un'altra distinzione terminologica importante che vien fatta fra senso di inferiorità e di superiorità, e complesso di inferiorità o superiorità. Si parla un po' a vanvera di complessi di superiorità e inferiorità, ma questa parola complesso

dovrebbe essere riservata a casi gravi, direi morbosi. Un senso di superiorità o di inferiorità, lo hanno tutti; questo non è un complesso, è un atteggiamento 'interno', rientra pienamente nei limiti della normalità. Il complesso viene quando c'è una repressione nell'inconscio, magari una reazione che lo compensa, quando c'è uno squilibrio; tutti siamo superiori in qualcosa e inferiori in altre. Il senso o complesso d'inferiorità negli introversi in molti casi è ingiustificato, poiché essi sono non di rado intelligenti e dotati di sensibilità estetica e morale (ho detto 'intelligenti' e non 'intellettuali', questi ultimi hanno piuttosto un complesso di superiorità). Le altre cause possono essere i conflitti fra i moventi incoscienti e consci, o la paura di sbagliare, e talvolta da rimpianti o ricordi connessi non volere assumere responsabilità. A tutti può giovare una psicoterapia, o un'auto-psicoterapia, che aiuti a scoprire quelle cause e a eliminarle.

Gli indecisi dovrebbero acquistare chiara coscienza che **decidere è inevitabile**; come ho già accennato, il non decidere è già una decisione e talvolta la peggiore. Essi devono sviluppare il coraggio di sbagliare, riconoscendo che gli errori possono dimostrarsi utili come fonte di esperienza; nella scienza e nella tecnica si usa continuamente il metodo del 'trial and error', cioè della prova e dell'errore. Il motto dell'Accademia del Cemento era "Provando e riprovando"; riprovare ha due sensi: uno è *provando di nuovo*, l'altro è riprovare nel senso di *disapprovare*.

Talvolta gli indecisi sono in uno stato di incertezza tormentosa anche di fronte a piccole scelte di nessuna importanza; in questi casi è consigliabile il metodo del 'tirare a sorte' *testa o croce*.

Vi sono altri due tipo psicologici che vanno tenuti distinti da quelli ora menzionati; sono gli *ostinati* e i *mutevoli*. Infatti un indeciso, quando sia riuscito a fatica a prendere una decisione, può persistere in essa con ostinazione, invece un impulsivo può esser facilmente mutevole, cioè cedere senza critica o autodominio all'avvicinarsi dei vari impulsi ad agire. D'altra parte l'ostinazione può essere effetto di orgoglio, oppure di ristrettezza e rigidità mentale che fa vedere soltanto *un* aspetto della poliedrica e mutevole realtà. Per essi bisogna metter bene in chiaro la differenza fra 'ostinazione' e volontà, che possono venire confuse a una osservazione superficiale; molti credono e dicono di 'aver una forte volontà', ma che sono soltanto ostinati e cocciuti.

Quanto alla mutevolezza essa può derivare anche da una mente troppo aperta e plastica, la quale scorge la validità di ogni alternativa e il continuo rinnovarsi della vita in forme sempre diverse. I mutevoli devono riconoscere che vi sono leggi costanti le quali regolano l'evoluzione della vita, e dalle quali derivano principi e norme a cui dobbiamo informare la nostra condotta. Le nostre decisioni vanno prese e mantenute in armonia con l'ordine cosmico.

Tutti quattro i tipi psicologici devono, per correggere le loro esuberanze e le loro deficienze, far uso della volontà in modi diversi ed anche opposti, ma sempre con chiara visione, decisione e saggezza. Da quanto ho detto, spero che risulti evidente che

deliberare e decidere richiede chiara consapevolezza, preparazione adeguata, vigilanza, autodomínio incessante, insomma un uso deliberato e continuo della volontà.