

ISTITUTO DI PSICOSINTESI
Via San Domenico, 16
50133 FIRENZE

CORSO DI LEZIONI SULLA PSICOSINTESI

Anno 1971 Lez. 1°

LA PSICOLOGIA E L'ESISTENZA UMANA

Dott. Roberto Assagioli

Il fatto stesso di esser vivi, di esistere, indipendentemente e in rapporto con gli altri, l'essere nel mondo, secondo l'espressione di Heidegger, pone di fronte a una serie di situazioni che si possono chiamare "esistenziali". Sono le varie tappe della vita, dalla nascita alla morte fisica; l'atteggiamento verso il male, la sofferenza, le malattie. Inoltre l'ampia serie dai rapporti interpersonali: anzitutto con le persone di famiglia (madre, padre e loro sostituti); poi la polarità psicosessuale a tutti i livelli; il problema dell'isolamento e della comunicazione; infine l'atteggiamento verso la natura, il mondo in generale e l'universo.

Tutto ciò richiede, esige, delle "prese di posizione" e quindi delle decisioni; ma le decisioni sono atti di volontà, poiché il decidere è uno degli stadi dell'atto volitivo.

Queste sono le situazioni di fronte alle quali ogni essere vivente si trova. Vi è anche una condizione più specifica che si può chiamare l'"angoscia esistenziale", della quale, in questo periodo, si parla molto ed è bene comprendere in cosa consiste. Prima di tutto un chiarimento semantico sulla parola "esistenziale", essa fa pensare all'esistenzialismo filosofico sul quale si hanno spesso idee confuse ed errate; si parla dell'esistenzialismo come se fosse una concezione o una dottrina unitaria, ma in realtà questa parola è usata in sensi molto differenti e anche opposti. Ha detto giustamente Franckl: "Vi sono altrettanti esistenzialismi quanti esistenzialisti" (Franckl, The Will-to-meaning, p. 3).

Non posso entrare in una discussione teorica sugli esistenzialismi e non è necessario. Nel parlare di "situazioni esistenziali", non si tratta di teorie o di filosofie, ma di situazioni reali, di fatto, vissute, sperimentate.

Delle affinità e le differenze fra la psicosintesi e certe concezioni esistenziali ho parlato nella mia comunicazione al Congresso Internazionale di Psicoterapia che si tenuto a Vienna nel 1961, e pubblicata nel mio libro Psychosynthesis. L'angoscia esistenziale non dipende da situazioni speciali, da rapporti esterni nei quali si può trovare l'individuo, ma è prodotto da una crisi interna. Questa può assumere vari aspetti, ma la sua natura e il suo significato possono esser descritti nel modo seguente:

“Talvolta in seguito ad una serie di delusioni; non di rado dopo una forte scossa morale, come la perdita di una persona cara, ma talvolta anche senza alcuna causa apparente, in mezzo al pieno benessere e favore della fortuna, insorge in qualcuno una vaga inquietudine, un senso di insoddisfazione, di mancanza, ma non la mancanza di concreto, bensì di alcunché di vago, di sfuggente, ch’egli non sa definire. Si aggiunge così un senso d’irrealtà, di vanità della vita ordinaria; tutti gli interessi personali che prima tanto occupavano e preoccupavano si “scolariscono”, per così dire, perdono la loro importanza il loro valore. Nuovi problemi s’affacciano; la persona incomincia a chiedersi il senso della vita, il perché della sofferenza propria ed altrui, la giustificazione di tante disparità di fortuna, l’origine dell’esistenza umana, il suo scopo. Lo stato di agitazione diventa sempre più penoso, il vuoto interno più intollerabile; la persona ha il senso dell’annientamento, tutto ciò che formava la sua vita sembra un sogno, si dissolve come una larva.” (Il risvegli dell’anima).

L’indipendenza di questa angoscia esistenziale da qualsiasi situazione esterna è stata esposta in modo evidente, anzi drammatica, da Leone Tolstoj nelle sue Confessioni.

Ma tale crisi esistenziale è generalmente soltanto uno stadio di passaggio; essa precede un “risveglio” interno, la presa di coscienza di una sfera più ampia, il contatto con una Realtà superiore, fa scoprire un nuovo significato e valore della vita. Spesso il risveglio è accompagnato da un senso di luce, da sentimenti di gioia e di amore, da uno slancio di adesione e di comunione con la Vita universale, con la Divinità.

Le testimonianze e le descrizioni di questo nuovo e superiore “modo di essere”, sono numerose. Si possono trovare nei libri del James, (La coscienza religiosa) del Bucke (Cosmic Consciousness) di E. Underhill (Mysticism) e in altri.

Alcune delle più tipiche, fra le quali quelle di Tolstoj e di Tagore sono riportate nel mio scritto Il Risveglio dell’anima.

La psicologia - scienza dell’uomo - dovrebbe dare i mezzi per comprendere, affrontare questi problemi esistenziali e per aiutare ad arrivare alla loro soluzione. Ma la psicologia cinetica, che si è sviluppata negli ultimi decenni del secolo scorso, non dà questo aiuto. Essa si è modellata in massima parte sulle scienze naturali e ha cercato di applicare all’essere umano i metodi sperimentali e i criteri quantitativi atti allo studio dei fenomeni esterni. Perciò essa è rimasta per così dire alla superficie dell’essere umano, non ha penetrato nella sua vera natura.

Ha studiato l’essere umano in un modo che si potrebbe chiamare “anatomico”, ha analizzato varie funzioni: sensazione, memoria, intelligenza, ecc., come se fossero attività per sé stanti, non riferite ad un soggetto vivente (ha studiato e studia il comportamento esterno dell’essere umano e crede di poterlo comprendere in questo modo, ma non vi è riuscita, e non poteva riuscire).

Si è andata sviluppando la psicologia clinica o psicopatologia, che ha avuto la sua massima espressione nella psicoanalisi. Questa ha indagato soprattutto la vita

psichica inconscia e i suoi rapporti con la coscienza, ma in generale si è occupata quasi esclusivamente degli aspetti inferiori e di quelli morbosi della psiche.

Però non tutta la psicologia è rimasta chiusa in questa cerchia positivisticca e per lo più materialistica, di fatto se non di nome. E' stata fatta anche una serie di studi dell'essere umano che si possono raggruppare sotto il nome di "psicologia umanistica", che recentemente è stata chiamata la "terza forza" nella psicologia, distinguendola dalle altre due maggiori correnti psicologiche, quella del comportamento (behaviorismo) e quella psicoanalitica.

A questo punto è opportuno un altro chiarimento semantico o terminologico. Il significato dato generalmente all'infuori della psicologia alla parola "umanistico" si riferisce alla "cultura umanistica", basata su quella greco-romana e sui suoi sviluppi ulteriori ed si contrappone alla cultura e alle attività scientifiche. Recentemente, invece nella psicologia la parola "umanistica" si usa, soprattutto in America, per designare una psicologia che studi e cerchi di comprendere l'essere umano in tutti i suoi aspetti, i suoi bisogni, atteggiamenti e reazioni di fronte alla vita, le sue aspirazioni e le sue mete; si può affermare che è una psicologia esistenzialista in senso lato.

Uno dei maggiori psicologi e cultori della psicologia scientifica è stato allo stesso tempo o meglio parallelamente, un pioniere della psicologia umanistica: William James. Si può dire, in un certo senso, che egli abbia avuto due personalità: la prima, strettamente scientifica nel senso suaccennato, che si è espressa nella massima parte del suo classico trattato Principles of Psychology; la seconda, una personalità fine, sensibile, che ha avuto intense crisi esistenziali e che quindi è stata consapevole di questi problemi..

James era dotato di intuizione, aveva larghezza di vedute e anche coraggio antiaccademico. Questo è dimostrato soprattutto nello studio e nell'esame di fenomeni e problemi parapsicologici, che ai suoi tempi, ancora più di ora, erano tabù per gli psicologi ufficiali!

Ebbene William James ha riconosciuto ed affermato quello di cui ora occupa la psicologia umanistica, cioè l'esistenza di poteri latenti, di possibilità non utilizzate nell'essere umano.

Ecco le sue esplicite dichiarazioni al riguardo: "Non ho alcun dubbio che la maggior parte della gente vive tanto fisicamente quanto intellettualmente e moralmente, usando una parte molto ristretta delle potenzialità..... Il così detto "uomo normale", quello che possiamo denominare il "sano filisteo", è soltanto una piccola parte di quello che potrebbe essere, e abbiamo tutti riserve di vita a cui attingere, che non ci sognammo neppure" (Henry James, ed.: The Letter of William James, Atlantic Montyl press, Boston).

" In confronto a ciò che dovremmo essere, noi siamo svegli solo a metà. I nostri fuochi sono smorzati, le nostre potenzialità sono impediti, e facciamo uso soltanto di una piccola parte sulle nostre risorse fisiche e mentali"..."Di tutte le creature esistenti

sulla terra, soltanto l'uomo ha il potere di cambiare sè stesso, soltanto l'uomo è l'autore del proprio destino". (Citato in The Third Force di Frank Goble, New York Grossman, 1970).

Alcuni aspetti umanistici si possono trovare anche nelle concezioni di McDougall, di Jung e di Adler. Soprattutto negli ultimi due decenni la psicologia umanistica ha avuto un rapido e rigoglioso sviluppo. Nominerò fra i suoi più noti rappresentanti Viktor Frankl, Eric Fromm, Rollo May, Charlotte Bühler; ma il suo maggior rappresentante, di cui deploriamo la recente e immatura perdita, è stato Abraham Maslow,

Maslow, dopo esser passato per il Behaviorismo e dopo un periodo di attività psicoanalitica, ne ha riconosciuto le limitazioni e ha rivolto il suo interesse allo studio degli aspetti normali dell'essere umano, e ha promosso la psicologia dell' "uomo sano". Facendo questo studio, senza preconcetti, dell'"uomo totale", egli ha riconosciuto un altro fatto della massima importanza, cioè che l'uomo sano non è l'ultimo termine dell'esistenza e dello sviluppo dell'umanità. Nell'uomo si trovano spesso delle aspirazioni, dei presentimenti, delle insoddisfazioni, dei bisogni verso qualcosa di ulteriore, di superiore alla normalità.

E' appunto questo che produce spesso l'angoscia esistenziale. In altri casi, senza passare attraverso questa crisi angosciosa, c'è un protendersi più graduale, ma insistente, verso i livelli superiori della realtà. Maslow ha bene interpretato questi fatti con la sua concezione dei bisogni umani. Egli dice che ci sono dei bisogni primari, che egli chiama "basici" (basic needs), poiché sono basati sugli istinti fondamentali. Ma oltre a questi ci sono quelli che egli chiama i "bisogni superiori" (higher needs) che, come egli giustamente afferma, sono altrettanto reali e impellenti quanto i bisogni di base. Perciò li ha chiamati "istintoidi", cioè che partecipano della qualità e della natura degli istinti, pur essendo diversi dagli istinti di base. Maslow ha studiato e descritto quelle che egli chiamò le Peak experiences, "esperienze delle vette". Così si è andata costituendo una psicologia detta transpersonale o anche la "quarta forza nella psicologia".

Il terreno d'incontro dei suoi cultori è il "Journal of Transpersonal Psychology: ¹ "una buona esposizione dei vari aspetti, della psicologia esistenziale è contenuta nel libro che ha questo titolo, pubblicato a cura di Rollo May, di cui esiste una traduzione italiana edita dall'Astrolabio². Lo studio delle esperienze che trascendono quelle ordinarie, però era iniziato già prima, come accennato. William James, anche qui, è stato un pioniere. Egli le ha studiate magistralmente in una serie di conferenze poi riunite in un volume col titolo "Varieties of Religious Experiences."³ Egli dà la parola "religioso" un senso ampio, largo, che si potrebbe chiamare con il termine "esperienze spirituali", e per le quali Maslow ha creato l'ottima designazione di "transpersonali". Questo termine evita il senso troppo vago, anzi i sensi molteplici che, si danno alla

¹ P.O. BOX 4437 - Stanford - CA, 94305

² Psicologia Esistenziale - ASTROLABIO - Roma 1970

³ Traduz. Italiana: La Coscienza Religiosa - Ed. Bocca

parola “spirituale” e certi collegamenti che urtano, più o meno a ragione, la sensibilità degli scienziati.

Un altro pioniere che ha studiato questo campo quasi contemporaneamente al James è stato il Bucke, che ha pubblicato i suoi risultati nel libro già citato Cosmic Consciousness. E’ interessante notare che il Bucke lo ha fatto dopo aver avuto egli stesso un’esperienza d’illuminazione interna.

Nel campo strettamente religioso vi sono stati molti altri apporti pregevoli, come quelli di Evelyn Underhill (Mysticism), di Heiler (Das Gebet), ecc.

Attualmente questo studio, e soprattutto la ricerca e l’esperienza di metodi e tecniche per raggiungere quei livelli di coscienza più ampi e superiori, sono divenuti molto estesi ed intensi.

Prima però di parlarne più oltre devo accennare a un’altra branca semi-indipendente della indagine psicologica, la parapsicologia.

Anche questa è stata generalmente ignorata e osteggiata dalla scienza ufficiale; ciò è avvenuto per varie ragioni; anzitutto per il fatto che le indagini dei fenomeni parapsicologici erano dapprima collegate col cosiddetto spiritismo e miravano quasi esclusivamente a cercare di creare rapporti con esseri non viventi fisicamente.

Ciò veniva fatto, e viene fatto ancora, spesso, in modo fanatico e senza criteri scientifici.

A parte questo, è stata fatta una serie di studi seri e profondi della fenomenologia. In questo campo uno dei maggiori pionieri è stato il Myers, col suo libro “Human survival after bodily death” ; però nel suo libro egli ha mescolato lo studio dei fenomeni al tentativo di dare la prova della sopravvivenza. Lo stesso fecero altri due scienziati, di grande valore nel loro campo, due fisici, Oliver Lodge e William Crookers. Negli ultimi decenni si è andata sviluppando una parapsicologia. Negli ultimi decenni si è andata sviluppando una parapsicologia strettamente scientifica, anche universitaria, la quale evitando il problema della sopravvivenza, si è concentrata sulla constatazione e l’interpretazione dei fenomeni parapsicologici. Uno dei suoi migliori cultori è il Rhine, che lo ha fatto per molti anni in un laboratorio alla Duke University negli Stati Uniti.

Vi sono ora due professori che hanno una cattedra universitaria, il Tenaieff in Olanda e il Bender in Germania. In questi ultimi anni anche in Russia c’è stato un fiorire di ricerche parapsicologiche.

Parallelamente alla evoluzione della psicologia umanistica, si è sviluppata la psicosintesi. Già in un mio articolo intitolato La psicologia delle idee-forze e la psicagogia, pubblicata nel 1909 nella “Rivista di psicologia applicata”, vi erano in germe la massima parte delle concezioni e di metodi della psicosintesi. Ne citerò alcuni brani, non per stabilire delle priorità(poiché queste nel campo scientifico, poco

interessano o dovrebbero interessare) ma per mettere in evidenza come la psicosintesi abbia partecipato in pieno fin dall'inizio all'indirizzo psicologico umanistico. Lo faccio anche perché il programma di questo è ancor lungi dall'essere attuato; esso suscita ancora resistenza, contrasti e incomprensioni, si può dire che sia ancora in uno stato iniziale. Perciò, mentre la psicosintesi ha recato ad esso il suo contributo, può fare ancora molto per favorirne lo sviluppo e l'affermazione. Nell'introduzione di quell'articolo delle varie linee di sviluppo della psicologia clinica o psicopatologica, degli studi sulle esperienze religiose e spirituali, e sui fenomeni parapsicologici (che allora venivano chiamati "metapsichici"); accennavo che quegli studi così disparati e spesso in apparenza antagonistici, si correggevano, si contemplavano e si illuminavano a vicenda. Subito dopo però osservavo: "Certo questa grande sintesi di tendenze diverse comincia appena a delineararsi incerta e lontana, ancora contrastata da tenaci pregiudizi e da numerosi malintesi, occorre quindi lunghi sforzi di menti aperte per attuarla, ma ogni studioso libero da prevenzioni può portare il suo contributo a questa opera". Dicevo poi che la mirabile vita psichica si cominciava a riconoscere l'enorme complessità, l'incessante dinamismo, le ampie regioni ancora inesplorate, le non sospettate straordinarie energie. Si è visto poi, dicevo, che la psiche non è qualcosa di rigido e indipendentemente che possa essere soltanto osservato e descritto come pezzo di quarzo o una cipolla, o si presta ad esperimenti come una ranocchia o una tartaruga, ma è meravigliosamente plastico e si presta ad essere profondamente modificato in modi molto vari".

Però dicevo che se la psiche è profondamente modificabile, la sua stessa complessità e elasticità la fanno sfuggire continuamente a chi cerca di plasmarla. Quindi per modificarla non basta agire su di essa in modo empirico e saltuario, ma bisogna, con i dati raccolti per mezzo di uno studio accurato della sua natura e delle leggi che la governano, costituire una serie di metodi pratici ed efficaci, indipendenti da ogni speciale dottrina filosofica.

Per indicare l'insieme di questi metodi, avevo allora proposto di riprendere l'antico nome di "psicagogia" dato da Platone, nome che da un lato indica il carattere pratico ed attivo della disciplina, dall'altro mostra che non si tratta dell'educazione di facoltà separate, ma dalla cultura integrale di tutta la psiche. In questo vi era già essenzialmente la concezione della psicosintesi, parola che ha usata pubblicamente dal 1926 in poi.

Di fronte a queste possibilità di modificazione e trasformazione della psiche, dicevo: "Ormai non servono più tutte le comode scuse, tutti i pretesti ed i sofismi che si sogliono usare verso noi stessi e verso gli altri per giustificare le nostre debolezze e le nostre viltà e per continuare a commettere delle sciocchezze. Ormai non si può più dire: "Che volete! Son fatto così!", "Questo è il mio temperamento e non posso cambiarlo. Quando vedo certe cose non posso frenarmi". Ormai sappiamo che il nostro carattere, lungi dall'essere rigido e immutabile, si modifica ogni giorno per l'azione di innumerevoli influssi, sia che noi ne siamo coscienti o no. Si tratta quindi di decidere se tali modificazioni devono essere lasciate al caso e quindi restare lente, contraddittorie, caotiche e spesso nocive, quali sono ora, oppure essere prodotte coscientemente, coordinate secondo un piano armonico, intensificate e dirette a liberarci dalle tendenze

non desiderate e a realizzare una vita psichica più alta, più libera e più feconda. Non vi sono scuse per non intraprendere quest'opera di dominio della nostra psiche e per non continuarla incessantemente ogni giorno e per tutta la vita”.

Fra i metodi da usare, indicavo che la prima pratica che deve essere attuata in modo serio e metodico è il raccoglimento e la riflessione meditativa.

E' evidente che non si può parlare di cultura della psiche se non ci cessa dal vivere, per così dire, alla superficie della coscienza, lasciando compiersi automaticamente il gioco delle idee-forze.

Bisogna invece ripiegarsi su se stessi, e, per mezzo d'una accurata, serena, e acuta interpretazione, analizzare, liberi da ogni pauroso ristagno ed ogni ipocrisia, tutto il contenuto della nostra psiche, senza lasciarsi spaventare dai mostri inattesi né abbagliare dal luccichio di qualche gemma.

Bisogna soprattutto approfittare di quei momenti di calma per discriminare in modo netto e definitivo fra le nostre ispirazioni più elevate e la folla di tendenze, d'impulsi, di pregiudizi, di abitudini mentali, che costituiscono la poca desiderabile eredità del nostro passato, tanto prossimo quanto lontanissimo..

Tale analisi e tale discriminazione non devono certo restare puri riconoscimenti intellettuali. Esse devono invece mutarsi immediatamente, direi quasi automaticamente, in propositi pratici, in decisioni”. Così mettevo in evidenza la funzione della volontà, poichè, ripeto, la decisione è uno degli stadi essenziali dell'azione volitiva.

Per il dominio della mente, dicevo, occorre fare numerosi, metodici e insistenti esercizi di concentrazione. Ma gli esercizi speciali di concentrazione costituiscono solo una preparazione continua. In questo stato, qualunque sia l'attività che ci occupa, sia essa facile o difficile, divertente o noiosa, insignificante o grave, la mente deve essere rigorosamente concentrata in quella, ad esclusione di ogni altra.

Non si creda che la concentrazione implichi necessariamente sforzo e tensione; anzi, essa può avvenire naturalmente, in modo facile e quasi automatico, questo appunto il fine a cui tendono gli esercizi speciali. Però alcuni potrebbero obiettare che uno stato di continua concentrazione tenderebbe a ridurre la nostra vita troppo rigida e compassata, a inaridire le vive fonti del sentimento e dell'ispirazione. Questo timore è ingiustificato. La nostra mente deve dominare soltanto i pensieri eterogenei e molesti, le tendenze riprovevoli le futili preoccupazioni, le inutili apprensioni, ma deve dar lietamente libero passaggio ad ogni bella idea, ad ogni luminosa aspirazione, ad ogni impulso elevato. Dato che noi possiamo prevedere gli effetti di una data lettura o di una data osservazione, dalla vista di una certa opera d'arte, dallo studio di una certa filosofia, se non ci serviamo sistematicamente di queste previsioni per modificarci e migliorarci, la colpa è soltanto nostra”.

Era così chiaramente indicata la responsabilità di esporre noi stessi e gli altri ad influssi nocivi, negativi, e di neutralizzarli invece con l'esposizione ad influssi positivi.

Riguardo a ciò vi è ora una grande incoscienza e - ancor peggio - una deliberato proposito di non tenerne conto, perchè è in contrasto con vasti e potenti interessi finanziari.

Così, per ignoranza o con cinismo, l'umanità viene esposta mediante le descrizioni e le immagini di violenza e pornografiche ad influssi deleteri. Si tratta di un vero smog psichico, più nocivo di quello chimico. E' difficile lottare su vasta scala contro tale avvelenamento, ma ognuno può almeno cercare di proteggere sé e gli altri, soprattutto i bambini e gli adolescenti e di usare i contravveleni che la psicologia mette a disposizione con varie sue tecniche. Una delle più semplici, ma che si è dimostrata efficace, è quella - esposta e diffusa dal nostro Istituto e da altri Centri di Psicosintesi all'estero delle Parole Evocatrici⁴. Un altro metodo, indicato nel mio scritto del 1909, è quello dell'agire "come se", basato sulla legge che: Ogni atto esterno tende a risvegliare e a intensificare il sentimento corrispondente".

"Questa legge si presta ad essere applicata continuamente in mille modi diversi. Dall'atteggiare la bocca al sorriso per scacciare una preoccupazione, al mostrare insolita cordialità a una persona per superare in noi il risentimento che riconosciamo ingiusto e meschino, non vi è, si può dire, circostanza nella quale il sapiente uso di tali accorgimenti non riesca di valido aiuto".

Dicevo infine che con l'uso di questi metodi psicologici possono venir sviluppate le funzioni superiori psicospirituali: l'intuizione, la coscienza mistica, la visione interiore, e concludevo l'articolo così:

"E' ora di bandire definitivamente le negazioni aprioristiche e di riconoscere che non solo in cielo e in terra ma anche nell'animo umano vi sono molti misteri dei quali la nostra timida ragione comincia appena a sospettare l'esistenza. Se quindi da un lato la psicagogia deve tendere ad elevare e perfezionare la coscienza ordinaria, dall'altro ha il compito di tentare di espanderla, guidandola alla conquista delle misteriose ed affascinanti regioni del subcosciente e della coscienza spirituale".

Riprendendo ora a parlare dello stato attuale delle ricerche e applicazioni psicologiche, si può dire che, pur nella molteplicità di movimenti e correnti diverse, viene messo in evidenza un conflitto che rispecchia, o è manifestazione di una delle situazioni esistenziali che ho enumerate e che sarà trattata in una delle riunioni di questo corso dal Dott. Caldironi. E' il conflitto fra gli atteggiamenti dinamici e quelli statici. Si può osservare che, tanto ogni individuo quanto nei gruppi e nella società, vi è un continuo contrasto fra l'adattamento, la tendenza all'omeostasi e anche la tendenza alla regressione, a stati precedenti da un lato, e dall'altro l'impulso allo sviluppo, alla crescita, alla attuazione di nuove possibilità, che si potrebbero chiamare la "trascendenza del presente".

Questo conflitto esistenziale, nel campo della psicologia umana, si manifesta in vari modi. Vi sono ora la ricerca e tentativi appassionati di raggiungere allargamenti di

⁴ Vedi mio articolo: Tecnica delle Parole Evocatrici.

coscienza, di penetrare in livelli più alti di vita; questo si trova soprattutto fra i giovani ed è tipico di ciò il moltiplicarsi di quelli che si chiamano “growth groups”, “gruppi di crescita” o “per la crescita”. Ma contro questa tendenza vi sono forti riluttanze e opposizioni. E’ interessante esaminarne, sia pur rapidamente, le ragioni o per meglio dire le cause, poiché esse non sono in realtà “ragionevoli”. Uno degli aspetti più evidenti del desiderio di trascendenza, della spinta alla trascendenza, si manifesta quale esigenza di liberarsi da condizionamenti, da limitazioni di idee, di forme mentali, di restrizioni che sono sentiti come ostacoli ad una vita più alta e piena; come aspirazione a svolgere nuove attività in campi prima preclusi.

Ma questa tendenza urta contro la riluttanza, anzi la paura, di assumere responsabilità, di “impegnarsi”, come richiede quella più ampia partecipazione vitale. Assistiamo al fatto paradossale che da un lato si chiede, anzi si pretende la libertà, poi, quando si riesce a conquistarla, molti non sanno cosa farne, si trovano disorientati, più o meno coscientemente, cercano nuovi punti d’appoggio e si sottomettono a nuove autarità, spesso deteriori. Questo fatto è stato messo bene in evidenza da Herman Keyserling e da Erich Fromm, che ne tratta nel suo libro intitolato appunto “Escape from freedom”, “Fuga dalla libertà”.

Una seconda causa è il fatto che chi cerca o ha delle esperienze trascendentali scopre ben presto che per mantenersi a quel superiore livello, per integrarle nella personalità ordinaria, per metterle in valore, occorre un’azione interna di disciplina e di autominio. Ma di questo pochi, soprattutto i giovani, vogliono sentire parlare, anzi vi è una reazione spesso violenta contro di essa. Tale reazione è dovuta in gran parte alla ribellione contro le rigide ed eccessive costrizioni del passato, ma è determinante anche dalla fondamentale pigrizia interna insita in ogni essere umano, anche in quelli che si mostrano molto o troppo attivi, all’esterno. Vengono ora messi molto in evidenza gli istinti attivi, soprattutto quello di autoaffermazione e quello all’appagamento sessuale ed affettivo, ma è forte anche la tendenza, che si può considerare quale la controparte psicologica dell’omeostasi fisiologica, cioè la tendenza ad un equilibrio statico, a mantenere lo stato attuale eliminando ogni cosa che possa disturbarlo, ogni sforzo mentale.

Vi sono poi persone nelle quali esistono entrambe quelle tendenze; cioè le rende ambivalenti e quindi spesso contraddittorie nei loro atteggiamenti ed azioni. L’ambivalenza è un meccanismo psicologico molto diffuso che fa comprendere molte manifestazioni del comportamento umano che sorprendono e sconcertano.

Il campo che suscita forse le ostilità più intense da gran parte degli psicologi è quello della parapsicologia. Questo si spiega dal fatto che alcuni fenomeni parapsicologici sollevano forti dubbi sulla validità di dottrine e concezioni alle quali molti scienziati sono attaccati e che fanno parte della loro mentalità. I più inquietanti e, direi, rivoluzionari a questo riguardo sono i fenomeni di bilocazione. Un certo numero di persone ha avuto e ha descritto l’esperienza di trovarsi coscientemente fuori del corpo, cioè di vederlo giacere sul letto, mentre essi erano coscienti di essere e di muoversi indipendentemente nella camera o anche di andare altrove. Tali fenomeni ed esperienze non sono nuovi, se ne trovano molti esempi nella letteratura religiosa nelle

biografie di santi e di mistici. Sono ben noti in oriente, ove alcuni yoghi asseriscono di poter uscire dal loro corpo e rientrarvi a volontà.

Questi fatti fanno crollare uno dei principi, che potrebbe esser chiamato un dogma, a cui aderiscono anche alcuni psicologi d'avanguardia: quello della inscindibile unità psico-fisica.

A questo punto credo utile indicare i rapporti e le differenze fra la "psicologia dell'alto" e transpersonale e la parapsicologia. Infatti vi sono molte persone che avendo dei fenomeni parapsicologici, delle sensibilità speciale, ad esempio fenomeni telepatici e premonizioni, li considerano come facoltà superiori e ne traggono occasione di vanità e senso di superiorità di fronte a coloro che non le hanno. Ma questo è un errore basato sulla mancanza di conoscenza dell'insieme della fenomenologia parapsicologia. Infatti è stato constatato che spesso delle sensibilità paranormali si trovano in p persone che non soltanto non sono sviluppate mentalmente e spiritualmente più del normale, ma sono psicologicamente subnormali. Ma vi è di più: è stata accertata l'esistenza di sensibilità parapsicologiche anche negli animali. Perciò quella infatuazione, quel senso di superiorità di molti medium e sensitivi, non hanno ragione di essere. Le facoltà parapsicologiche sono indipendenti dallo sviluppo intellettuale, morale e spirituale.

Un'altra causa di opposizione contro la psicologia transpersonale è l'ostilità individuale e collettiva contro ciò che è superiore, verso esseri che sono ad un livello evolutivo psicospirituale più avanzato di quello normale.

Questo si spiega facilmente: il riconoscere che altri sono superiori suscita un senso di inferiorità, ferisce l'orgoglio, la vanità, la presunzione. Perciò si può notare, anche al di fuori della psicologia, nella cultura, o cosiddetta cultura, attuale, in molti intellettuali, un vero accanimento nel cercare di "abbassare" gli esseri superiori, nel mettere in evidenza con compiacimento le loro debolezze, anche i loro vizi, credendo così di ridurli a livello ordinario, senza rendersi conto che l'esistenza di questi lati inferiori in loro non ha nulla a che fare con l'esistenza degli aspetti superiori, data la molteplicità e complessità della natura umana.

L'ostilità contro ciò che è superiore ha conseguenze dannose soprattutto nel campo educativa. Accanto a una ignoranza di educatori che si occupano dei ragazzi superdotati, l'immensa maggioranza trascura di ricercarli e di aiutarli. Ma essi, non essendo riconosciuti, apprezzati e aiutati, naturalmente si ribellano e divengono non di rado addirittura antisociali. E' stato constatato che fra i ragazzi e i giovani delle cosiddette "case di correzione" (che per lo più sarebbe più giusto chiamare "case di corruzione") si trovano dei superdotati.

Questa ostilità verso ciò che è superiore trova un'apparente, ma insussistente, giustificazione nel falso concetto di democrazia che molti più o meno consapevolmente hanno. La vera democrazia consiste nell'offrire a tutti le stesse opportunità, ma non in "livellamento verso il basso"⁵. Ho parlato della psicologia transpersonale non soltanto

⁵ I problemi della ricerca e della educazione dei superdotati sono stati trattati nella psicosintesi.

per la sua validità e importanza per sé stessa, ma perché essa è strettamente collegata col tema generale delle riunioni di quest'anno: Le crisi esistenziali e loro soluzioni psicosintetiche. Infatti risulterà chiaro che non soltanto l'angoscia esistenziale ma che in molti casi, le situazioni e crisi esistenziali di ogni genere non possono venir risolte in modo soddisfacente senza tener conto dei fattori che genericamente sono detti spirituali, ma che ora vengono designati in modo più definito quali attività del livello psichico supercosciente e rapporti esistenti fra l'io o sé personale, il Sé spirituale e la Realtà superindividuale.

Occorre tenerne conto e usare i metodi atti ad attivarli e utilizzarli. Ciò è basato sul principio generale che i problemi e i conflitti umani si possono risolvere in modo soddisfacente al livello nel quale esistono, ma soltanto da un livello più elevato, nel quale, e del quale, i termini opposti trovano una conciliazione e regolazione costruttiva.⁶

Spesso le situazioni esistenziali sono connesse tra loro, anzi si può dire che in qualche misura lo sono sempre, poiché si presentano nella vita dello stesso essere umano le cui varie esperienze e manifestazioni possono essere diverse e contrastanti, ma non del tutto separate, fanno parte di lui nella sua totalità.

La concezione umanistica perciò, è integrale della psicosintesi e i suoi metodi offrono la base e i mezzi per le migliori soluzioni dei vari problemi esistenziali che si presentano nell'educazione, nella terapia, nello sviluppo individuale, nei rapporti interpersonali e sociali, e in quelli col cosmo (a tutti i livelli: fisico - psicologico - spirituale). Ci proponiamo e speriamo di cooperare così a far sì che l'umanità esca dall'attuale condizione di disordine, conflitti e disorientamento - dalla sua crisi esistenziale collettiva - e che possa creare una nuova civiltà e una nuova cultura nelle quali le sue mirabili potenzialità vengono attuate.

- Valori umani ignorati: Il problema dei giovani superdotati di G: Cirinei;
alcune lezioni tenute in Istituto..

⁶ Ho trattato questo tema nello scritto: Equilibramento e sintesi degli opposti.