

FRAMMENTI DI LIBRI

L'AVVICINAMENTO ALL'IO

Tratto da **“Ma voi chi dite che io sia”** di Vittorio Viglienghi

Ora, come avviene però questo processo di avvicinamento all'io, o di “andata al centro”? In un modo estremamente interessante e particolare, perché come vedremo implica e comporta significativamente nello stesso tempo anche il processo di integrazione e sintesi della personalità.

A differenza in questo dal processo di elevazione verso il supercosciente, che invece può avvenire benissimo, e magari anche meglio, lasciandosi dei pezzi di sé alle spalle, la zavorra dell'irrisolto... che basta scaricare (leggi rimuovere) per salire (?) più veloci.

Ad una visione ingenua, l'avvicinamento all'io centrale sembrerebbe poter avvenire anche attraverso il semplice distacco dai contenuti ed elementi della personalità (che si possono immaginare come collocati alla periferia dell'Ovoide). Volto le spalle a quei contenuti, me ne distacco, me li lascio “dietro”, in periferia, e mi volgo e avvio verso il centro. Che cosa c'è di più facile? O almeno semplice?

E invece non funziona così. Per sfortuna, da un lato, perché il processo è invece molto più complesso, lungo e impegnativo; ma anche per fortuna, perché questa modalità avrebbe un taglio schizoide che verrebbe ad escludere di fatto gran parte della personalità dal processo di autoidentificazione.

L'equivoco sta tutto nel termine, o concezione del “distacco”. Che cosa si intende cioè per distacco? Ovvero, come lo intende la Psicossintesi?

Ne ha una concezione un po' particolare e complessa, che a ben vedere si evince dalla famosa sequenza di “identificazione-disidentificazione-autoidentificazione”. Che se ci dice che per autoidentificarci nell'io dobbiamo prima distaccarci o disidentificarci dai contenuti della personalità, ci dice però anche che per poter disidentificarci da questi contenuti, dobbiamo prima... identificarci in essi, ovvero calarci in essi, entrarci, frequentarli, starci con!

Cosa questa non sempre facile né spontanea, come si sa, per cui l'identificazione diventa in tal caso un problema

per il fatto... di non riuscire a realizzarla! Paradossalmente, non perché c'è, ma perché non c'è!⁽¹⁾

Ora, teniamo presente che tutte le parti di noi rimosse sono parti in cui ci rifiutiamo o non riusciamo a identificarci; perché farlo vorrebbe dire riconoscerle come nostre, e accettarle (e invece non ci piacciono). Però poi succede che - in virtù della famosa sequenza suddetta - se non ci entriamo, se non ci riconosciamo in esse, non possiamo neanche distaccarcene!

Questo è un fondamentale paradosso della Psicossintesi, per cui posso distaccarmi da una situazione solo dopo averla vissuta; posso distaccarmi da un'esperienza solo dopo averla attraversata; posso lasciar andare una parte di me solo dopo averla presa bene in mano; posso rinunciare a una conquista solo dopo averla effettuata.

In questo senso, e parafrasando un famoso motto di Asagioli, potremmo dire che “the only way out is the way in”: l'unico modo di uscire da una relazione (con una parte di noi) è quello di entrarci, di farla propria, e quindi di risolverla essendoci confrontati - umilmente e coraggiosamente, cioè con integrità - con essa.

Un po' come succede nell'Inferno dantesco, in cui la via d'uscita è... dal suo punto più profondo, dopo averlo attraversato tutto.

Quindi distacco mediante attraversamento, e non il distacco schizoide del rifiuto, della separazione, della negazione, della scissura... ovvero della anti-integrazione. Il distacco cioè che disgrega, che frammenta, che isola. Teilhard de Chardin afferma in proposito: “In sé, il distacco mediante l'attraversamento è in perfetta armonia con l'idea di incarnazione”.

Il distacco della Psicossintesi è un distacco che aggrega, che include e infine assimila; che si “lascia dietro” qualcosa solo dopo averlo pienamente integrato e inteso nella rete vitale delle relazioni intrapsichiche, cioè dopo averlo iscritto attivamente nella propria famiglia psichica, ovvero l'equipaggio e l'organico dell'animo molteplice.

E ancora Teilhard de Chardin: “Per arrivare al centro di se stesso, l'Uomo non sente forse che gli occorre aver toccato il limite di tutto?”.

In quest'ottica, è chiaro allora che il processo di avvicinamento all'Io partirà, anzi potrà solo partire dall'estrema periferia psichica, dal bordo dell'Ovoide, per intenderci⁽²⁾. Identificazione, assimilazione, integrazione o inclusione, e quindi distacco, che a questo punto sarà piuttosto un lasciar andare i contenuti così "assimilati", un liberarli nel comune spazio psichico, resi liberi di esprimersi e di svolgere il loro ruolo (come da IX^a legge della psicologia). Contenuti che saranno rappresentati anzitutto dagli elementi psichici primari e fondamentali: istinti, impulsi, bisogni, desideri, ecc.

Così effettuato, questo progressivo avvicinamento all'Io avviene non lasciandosi alle spalle un deserto, un vuoto, un caos rimosso da cui fuggire, o al contrario una struttura psichica irrigidita e bloccata da repressioni e forzature, ma un tessuto psichico omogeneo e vitale che essendo stato così "elaborato" avrà fra l'altro metaforicamente acquisito anche la proprietà della trasparenza.

Quindi non un vuoto ma un pieno, un pieno ordinato e trasparente che funge allora da supporto, e non da intralcio alla centralità dell'Io. Con un'immagine, è come se la disposizione del podio centrale del direttore d'orchestra emergesse per effetto della progressiva collocazione degli orchestrali ciascuno al suo giusto posto. O come il fuoco centrale di ricezione di un'antenna parabolica che è "prodotto" dall'ordinato, sintetico e integrale convergere di tutti gli elementi che costituiscono la parabola stessa (nell'analogia, la personalità).

Per cui l'Io è sì il riflesso immanente del Sé trascendente, le sue radici sono cioè in "cielo" mentre quelle della personalità sono in terra.

Ma la posizione di centralità dell'Io, per intenderci il fondo del pozzo sulla cui superficie immobile si riflette la luce del sole, come nella ben nota metafora, questa posizione/pozzo è costituita, costruita e ricostruita, ovvero costantemente mantenuta in essere, dalla personalità.

D'altronde il concetto stesso di centro, di centralità, è di per sé squisitamente correlativo: si è infatti centro solo di qualcosa, vuoi di un campo, di un gruppo, di un insieme, di una struttura, ecc. Quindi non l'Io in sé, ma la centralità dell'Io è strettamente codipendente dalla personalità.

D'altronde, la geometria stessa lo insegna: in un cerchio, più la circonferenza viene distorta, più il centro si perde...

Che cosa c'è quindi di più "democratico" di questa concezione della centralità dell'Io? Di un centro raggiunto e mantenuto solo grazie alla continua e fattiva "collaborazione" della personalità? E ad opera sua?

Per di più, c'è anche da tener presente che questo processo di avvicinamento al centro avviene contemporaneamente da ogni "direzione" della psiche: dal basso, dall'alto, dal lato, in un processo di appropriazione/identificazione e successivo distacco che avviene nello stesso identico modo sia per i contenuti cosiddetti inferiori che superiori.

Un Io insomma che trova la sua (unica) collocazione possibile grazie all'indispensabile concorso di ogni elemento della sua personalità, o equipaggio, indipendentemente dal suo livello.

Un'ultima osservazione da fare riguarda il prezioso requisito della trasparenza di questa struttura (la personalità) che sostiene la centralità dell'Io.

Prezioso perché innanzitutto esso è garanzia della massima funzionalità dell'Io, la cui precipua funzione di agente di consapevolezza, o Osservatore, non potrà che risultare favorita da questo requisito.

E poi perché questa trasparenza si rivela inoltre fondamentale in ordine all'irradiazione all'esterno delle energie e qualità transpersonali, che così non incontrano più attriti o adombramenti o distorsioni all'interno della personalità, ma semmai un'amplificazione e un potenziamento.

Note

- 1) Ci sono quindi due diversi tipi di identificazione: una inconsapevolmente subita, e l'altra consapevolmente scelta. E comprenderne la differenza porta molto lontano...
- 2) Intendendo con questo, in realtà, il limite estremo dei contenuti gestibili dal campo della coscienza, al loro primo affacciarvisi.