

LA SORGENTE DELL'AUTENTICITÀ

Ogni periodo storico ha una sua specifica *missione*. Se vogliono contribuire alla sua realizzazione, i «figli» di una determinata epoca sono chiamati a coglierne le *coordinate*, le *indicazioni*, i *segni*. Roberto Assagioli intuì qualcosa di estremamente importante in relazione a questo: il cambiamento del mondo, l'emersione di una nuova umanità, richiede che «i buoni diventino forti». Come i grandi maestri del sospetto (Marx, Nietzsche, Freud), ad Assagioli non sfuggiva che spesso dietro la «bontà» si nasconde una certa forma di «debolezza» dello spirito.

Tra i potenziali «cambiatori del mondo», le «persone dalla buona volontà» a cui si riferisce il fondatore della psicosintesi, particolare attenzione meritano coloro che sono attivamente impegnati in un percorso di evoluzione della coscienza, in un *cammino iniziatico*. Un cammino iniziatico è una pratica conoscitiva in cui il soggetto conoscente, per poter conoscere la verità, *deve trasformarsi*. L'ipotesi emergente da più prospettive e filoni di ricerca, è che questo nucleo di persone intente a lavorare sullo sviluppo della propria coscienza potrà costituire l'avanguardia evolutiva di questa svolta antropologica in atto.

Nell'ambito del movimento transpersonale contemporaneo si parla del gruppo emergente che il sociologo americano Paul H. Ray ha chiamato «i creativi culturali» («*cultural creatives*»)⁽¹⁾. È a loro che occorre «dare potere», e l'intento di questo articolo è di precisare alcuni elementi decisivi a questo proposito.

Cominciamo col ricordare che le osservazioni fenomenologiche (sull'esperienza vissuta) di coloro che hanno questa spinta al lavoro interiore, riportano quasi sempre che l'inizio di un cammino iniziatico passa per un' *insoddisfazione di fondo rispetto ai parametri della vita ordinaria*. Questo è stato osservato da più fonti, e Roberto Assagioli stesso ne ha parlato nel suo *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica*. Un'immagine vivida di questo punto di partenza è riportata dalla testimonianza diretta di Peter Ouspensky, che descrive questa esperienza chiamandola *byt*, parola russa che indica il senso di una «routine meccanica, incisiva, pietrificata». Ouspensky cominciò la sua ricerca del «miracoloso» proprio procedendo da questa insoddisfazione di fondo:

«Lasciando Pietroburgo per il mio viaggio, avevo detto che sarei andato alla *ricerca del miracoloso*. Il 'miracoloso' è molto difficile da definire, ma per me questa parola aveva un senso assolutamente preciso. Già da molto tempo ero giunto alla conclusione che, per sfuggire al labirinto di contraddizioni nel quale viviamo, occorreva una via completamente nuova, diversa da tutto ciò che avevamo conosciuto o seguito fino a quel momento. Già allora avevo riconosciuto come un fatto innegabile che, al di là della sottile pellicola di falsa realtà, esisteva un'altra realtà, dalla quale, per qualche ragione, qualcosa ci separava. Il 'miracoloso' era la penetrazione in quella realtà sconosciuta...»⁽²⁾.

Questa insoddisfazione di fondo è stata chiamata dai sostenitori dell'importante lavoro di Viktor Frankl «vuoto esistenziale». Ma varcando la soglia della dimensione *esistenziale* e avventurandoci in una prospettiva *transpersonale*, possiamo concepire questo vuoto come una «nostalgia ontica»: *una nostalgia dell'essere*. Colui che ha esperienza di questo «vuoto ontologico» o «nostalgia» non vive tanto nella paura, quanto nell'*angoscia*. L'angoscia ha molte chiavi interpretative, ma il suo carattere distintivo è che si tratta di un'esperienza che non si riferisce immediatamente a un oggetto specifico (come avviene per la *paura*, ad esempio). È invece un'esperienza generale, senza oggetto: a mancare infatti non è qualcosa di definito, non è un «ente» spazio-temporale. A mancare è l'*esperienza di essere*.

Questo ci conduce a un'evidenza decisiva: quel «miracoloso» così tanto voluto da Ouspensky non va cercato nel mondo, ma nell'*identità*. Miracolosa è l'*esperienza dell'identità autentica dell'uomo*. In altre parole, la 'lettera' scritta dall'esperienza dell'angoscia, se letta profondamente (cioè in una chiave *anche* transpersonale), ci comunica proprio la *perdita*, la *dimenticanza*, la *diminuzione* della nostra identità autentica. Imparando a leggere questa lettera che è l'angoscia, un individuo ha così l'opportunità di «rientrare in se stesso», di *rendersi conto* di essersi perso.

Da questo punto di vista il percorso evolutivo umano, ciò che Jung chiama «processo di individuazione», è a

tutti gli effetti un «*processo di autenticazione*»: un percorso di liberazione dalle nostre inautenticità e il ritrovamento dell'autenticità perduta. È questo il *movimento* di quel viaggio dell'eroe in cui una persona «diventa ciò che è», per dirla con Nietzsche.

Ma questo «ciò che è», questo *essere autentico* che dobbiamo «diventare», va compreso bene. Infatti questo passaggio è stato ed è soggetto a molte, troppe incomprensioni. È inoltre un problema *critico*, di primo piano nella trasformazione individuale e collettiva a cui siamo chiamati. Infatti, se è vero che il potere reale è *spirituale*, cioè proviene dalla vera sorgente del nostro essere, il vero potere è un *potere d'identità*. Cioè si tratta di capire come accedere a quel potere che deriva da nostro modo di essere autentico. In altre parole, il potere in senso spirituale è una *funzione* dell'autenticità della persona. E se, come intuì Assagioli, «i buoni devono diventare forti», ciò implica che i buoni «devono diventare autentici». È necessario quindi un lavoro serio, preciso, basato sull'evidenza, di una *fenomenologia dell'autenticità* che possa cominciare a mostrarne i movimenti, i principi e le distinzioni decisive.

Distinzioni, principi e movimenti che possano aiutare questa avanguardia evolutiva ad avere «accesso diretto» alla possibilità concreta di essere se stessi, ed esercitare il proprio *potere d'identità*. Parlo di «fenomenologia» perché, oltre a essere il metodo adottato da Assagioli nello studio della volontà e di altri fenomeni della coscienza, è un tipo di conoscenza *in prima persona* piuttosto che *in terza persona*. Il suo scopo è quello di farci avere *accesso esistenziale* all'esperienza della vita «così come è vissuta». Chris Argyris, professore emerito ad Harvard, si riferisce a questo tipo di conoscenza chiamandola «actionable research», cioè una *conoscenza applicata*. Lo scopo di questo articolo è proprio di condividere la base di questa fenomenologia dell'autenticità, i suoi elementi primi.

L'elemento zero, il fondamento necessario per muoverci verso questa direzione, prevede il dissolvimento di alcune *illusioni* relative all'autenticità. In altre parole occorre portare alla luce, e quindi liberarci, di alcune nozioni e concetti propri della mentalità comune, dall'«atteggiamento naturale»⁽³⁾. Secondo questa mentalità

diventare se stessi è qualcosa che «si fa», che «si produce» con uno sforzo diretto in quella direzione. Ma è precisamente la coscienza ordinaria, egoico-centrata, che concepisce l'«essere» nei termini dell'«avere», del «fare», dell'«aumentare», dell'«ottenere», dell'«acquisire». La nozione del diventare autentici come un processo in cui ci «ingigantiamo» o ci «aumentiamo» riguarda infatti l'Io concettuale, non il Sé autentico.⁽⁴⁾ L'Io reale umano è infatti «immobile», «immutabile», «uguale a se stesso». Potremmo dire, ma ciò meriterebbe ben altre precisazioni, che la visione del diventare autentici come «aumento di sé», è in ultima analisi una *volontà di compensare* una più intima percezione di precarietà esistenziale, mancanza di controllo, finitezza, mortalità.

Al contrario, se ammettiamo l'esistenza di un Sé transpersonale, di un «Io umano» che è «trascendente» e «trasparente», ciò che preesiste ed è diverso dai molteplici eventi che viviamo senza ridursi a nessuno di questi, allora diventa assurdo concepire il «diventare autentici» come un processo di accrescimento, di aumento quantitativo. In altre parole l'«Io reale» di cui parla Assagioli è quell'«autòs» (in greco, «se stesso») contenuto nella parola «autentico». Si tratta del *livello più profondo della soggettività umana*.

Quell'autòs, a differenza dell'Io fenomenico, non è affatto un «oggetto» della nostra conoscenza. È invece il soggetto puro, il *primo dato reale* della nostra esistenza. A differenza dell'Io fenomenico, dunque, non possiamo in alcun modo «farlo», ma già preesiste. È il punto di partenza che «si dà sempre» in qualsiasi esperienza esistenziale umana. Assagioli dice giustamente che il Sé ha una natura «ontologica», che cioè trascende ogni fenomenologia della psiche, e riguarda la dimensione sottostante dell'essere.

Possiamo comprendere meglio ciò che cerchiamo di dire avvalendoci del lavoro del grande filosofo Duns Scoto, che parlava di «eccetività», come della presenza dell'Essere (lo spirito) nell'uomo. Possiamo dunque cogliere la natura dell'Io reale: essa è «un'eccedenza» della coscienza che trascende sempre la circostanza in cui stiamo vivendo. Quell'«eccedenza», quel campo di coscienza e libertà, è la natura dell'Io reale, dell'«autòs»

della parola autenticità; è il fondamento dell'esperienza del miracoloso. Quando *individuiamo* in noi stessi quella dimensione il mondo della vita ci sembra immediatamente più «reale», più «vivido», più «vero». Ciò avviene perché lo stiamo guardando dal nostro *fondamento reale*, senza filtri o deformazioni estranee alla nostra natura. Dunque se quell'«autòs» già «è», se non possiamo diventarlo nel senso di aumentarlo, di produrlo, diventare noi stessi significa riconnetterci alla *pulsione della vita* che è già preesistente. Come dobbiamo dunque interpretare il «processo» per diventare autentici? Un altro elemento che dobbiamo aver chiaro consiste in questa consapevolezza: una delle scoperte decisive della fenomenologia dell'autenticità è questo: *non possiamo realizzare l'autenticità direttamente, «per intentionem», ma solo «per effectum».*

Qui il linguaggio che uso è analogo a quello che il grande psichiatra Viktor Frankl impiegò relativamente al fenomeno dell'autorealizzazione. In polemica con Maslow, infatti, Frankl chiarì che l'autorealizzazione umana è un processo che può avvenire realmente solo «per effectum»: «Se è vero che l'appagamento e la realizzazione di se stessi hanno un posto nella vita umana, essi non possono essere conseguiti se non *'per effectum'*, e non invece *'per intentionem'*. Solamente nella misura in cui ci diamo, ci doniamo, ci mettiamo a disposizione del mondo, dei compiti e delle esigenze che a partire da esso ci interpellano nella nostra vita [...] noi ci appagheremo e realizzeremo egualmente noi stessi. [...] Di conseguenza, l'uomo è se stesso nella misura in cui si supera e si dimentica. [...] Il compimento di se stesso, la realizzazione delle proprie possibilità non potrebbero dunque rappresentare uno scopo coscientemente ricercato dall'uomo stesso: solo un uomo che avrà mancato il vero senso della propria vita, sognerà il compimento di se stesso non come effetto, ma come fine in sé»⁽⁵⁾.

In modo analogo, l'autenticità è uno di quei fenomeni della coscienza che – oltre a non poter essere *concepita*, in una prospettiva transpersonale, come un «accrescimento» – non può essere neanche *afferrata, pretesa* o *affermata* direttamente. Al contrario, qualsiasi sforzo diretto e tensivo in questo senso è controproducente e

ci fa inevitabilmente ritrovare nella posizione contraria: un po' come colui *pretende* di essere umile. Ed è proprio in questo passaggio che dobbiamo essere estremamente precisi, lucidi, chiari. Se la *via* per l'autenticità non può essere «per intentionem» ma solo «per effectum», allora la questione è: «Per effetto di cosa?». La comprensione di questo fondamentale *movimento dello spirito* è dal mio punto di vista illuminata da un passaggio di una conversazione tra Roberto Assagioli e Diane Freund (psicoterapeuta americana) risalente al 1973: «Se l'Io è il riflesso del Sé Superiore, allora dovrei percepirmi e agire in modo più elevato man mano che entro in contatto con il mio Sé Superiore e ne faccio esperienza. Però lei ha detto, a titolo d'esempio, che se incontrassi il Beato Angelico, come persona potrebbe anche non piacermi, che il meglio di lui potrebbe con molta probabilità trovarsi nei suoi dipinti. *Perché la nostra vita personale non riflette necessariamente la nostra parte migliore?* Io voglio che la mia vita personale rifletta tutta la bellezza che è in me. Lei sembra vivere gli ideali di cui scrive'.

‘Lei va diretta al cuore delle cose’ rispose Roberto con il suo sorrisetto arguto. ‘Perché la nostra vita personale non riflette ciò che abbiamo di meglio? Perché in mezzo ci sono così tante cose. Fra il sé personale e il Sé Superiore vi è ogni sorta di cose – opache, non trasparenti – che ostacolano la luce, o la rifrangono. Ogni tipo di ostacoli. Ma noi siamo qui per questo, per eliminare gli ostacoli; e questa è una grande gioia’.

Ecco precisamente in che cosa consiste il nostro *per effectum*. La *via* per l'autenticità si compie per effetto della liberazione da ciò che ostruisce il canale tra Sé autentico e Io fenomenico. In altre parole, la via per l'autenticità passa attraverso l'*atto di distinguere* ciò che ostruisce il canale.

Con la parola «distinguere» si intende qui qualcosa di molto preciso: «L'atto di evocare, di chiamare all'essere, di nominare un fenomeno attraverso il linguaggio appropriato». Infatti quegli «ostacoli opachi» di cui parla Assagioli sono tanto più *forti*, hanno tanta più *presa* sulla nostra coscienza, sono energie così tanto *determinanti*, quanto più sono indistinti.

Come intuì uno dei più grandi psichiatri del Novecento, Ronald Laing, sul piano ontologico⁽⁶⁾ esiste una legge secondo cui «ciò che non distinguiamo ci determina». Scrisse:

«L'insieme delle cose che pensiamo e che facciamo è limitata da ciò che non riusciamo a notare. E poiché non riusciamo a notare ciò che non riusciamo a notare, possiamo fare ben poco per cambiare, fino al momento in cui notiamo come non notare plasmi pensieri e azioni». Roberto Assagioli, fine osservatore della psiche e dotato di grande senso clinico, intuì ed espresse lo stesso principio sul correlato piano psicologico con la legge da lui teorizzata secondo cui «ciò a cui ci identifichiamo ci determina»⁽⁷⁾. Scrisse:

«Noi siamo dominati da tutto ciò in cui il nostro io s'identifica. Possiamo dominare, dirigere e utilizzare tutto ciò da cui si disidentifica»⁽⁸⁾.

Queste due intuizioni corrispondono: *toccano* lo stesso principio declinato in due dimensioni (dell'essere e della psiche). Questo perché l'atto di *distinguere* qualcosa implica immediatamente una *disidentificazione* da questa. Infatti portare alla luce un «ostacolo opaco», nominarlo, chiamarlo all'essere, vuol dire *poterlo vedere*. Poterlo vedere implica – in una certa misura – *prenderne distanza*. Dunque è proprio una porzione dell'Io reale, di quell'autòs, che *può* compiere quest'atto di coraggio. L'Io reale può distinguere un fenomeno perché «la sua caratteristica essenziale», come ci dice Assagioli, «è la consapevolezza»⁽⁹⁾.

La psicosintesi è però un modello fortemente influenzato dal *pragmatismo*. Volendo trasporre tutto questo in una regola di vita *applicata*, da prendere però – come ogni indicazione – con le opportune precauzioni, possiamo dire questo: *ogni singola volta che sperimentiamo una diminuzione nell'esperienza di essere autentici, vitali, espressi, corrispondenti a chi siamo davvero, c'è una «inautenticità» che non abbiamo portato alla luce*. Anche inautenticità è un termine che va spiegato, poiché si intende qualcosa di preciso. È una parola che vuole rappresentare la definizione metaforica degli «ostacoli opachi» di Assagioli.

Perché chiamarla proprio «inautenticità»? Per Assagioli la *semantica* era importante perché è una via che ci

può condurre all'*evidenza* dei fenomeni della coscienza. Dunque ricordiamolo ancora: la parola «autentico» viene dal latino *authenticus*, che a sua volta proviene dal greco *authenticos*, ed è composta da due parti: *autòs* (se stesso) ed *entòs* (interiore). Ci si riferisce dunque del Sé interiore, all'Io reale. Di conseguenza, con «inautenticità» si vogliono indicare tutti quei fenomeni che non ci appartengono essenzialmente, ma che riguardano «la periferia di noi stessi» o «gli oggetti sullo sfondo luminoso della coscienza». Queste inautenticità sono precisamente i diversi ostacoli opachi che non permettono alla luce (al «segnale vitale») di passare, di poter essere individuato da una *coscienza libera di ascoltare* e quindi formalizzato nel concreto della nostra esistenza storica. Inautenticità è un termine che racchiude tutti quei fenomeni che, quando non distinti, ci mantengono alla periferia del nostro essere. Assagioli rende più esplicito tutto questo nel seguente passaggio:

«[...] generalmente noi viviamo 'al di fuori' del nostro vero essere; distratti da innumerevoli sensazioni, impressioni, preoccupazioni, ricordi del passato, progetti per il futuro [...] ignari di quello che siamo in realtà»⁽¹⁰⁾. Ma il passaggio decisivo è comprendere che, *nel loro insieme*, questi elementi si compongono e organizzano in quella che Kant chiamava «la ragione estranea» nell'uomo: una serie di impulsi, intenzioni, moventi, desideri, immagini, idee, concezioni, ecc. che non sono direttamente *nostri*, provenienti dall'energia intelligente della vita, dall'*autòs*. Provengono piuttosto da istanze⁽¹¹⁾ esterne a *chi siamo*. Anche qui notiamo come la psicosintesi si radica nelle acquisizioni della psicoanalisi, a partire dalla visione del *disagio* come l'esperienza di una «estraneità» con cui dobbiamo fare i conti, interrogare, integrare.

Ma in ogni momento e sotto qualsiasi circostanza, ogni essere umano ha il potere di fare il primo passo verso l'autenticità. E il *primo movimento* dello spirito, dall'inautenticità all'autenticità, è un movimento di distinzione. Come scrisse Albert Camus: «Il *primo passo* dello spirito è quello di distinguere il vero dal falso»⁽¹²⁾. Il semplice ma radicale atto di volontà di distinguere l'ostacolo – l'inautenticità – che sta impedendo in qualche forma l'*esperienza di essere*, è un passo reale e concreto

“L’ESERCIZIO DELLA VOLONTÀ SAPIENTE”

verso l’autenticità. Lo è per un motivo preciso, autoevidente, che dobbiamo riuscire a cogliere e che dobbiamo aver chiaro: *nel momento esatto in cui distinguiamo ciò che ‘non siamo’, stiamo distinguendo anche ‘ciò che siamo’.*

Infatti nel preciso momento in cui *distinguo* una certa inautenticità presente (un pensiero, intenzione, movente, giudizio, parte di me, desiderio, paura, aspettativa, ecc.), *chi sono io?* In altre parole: *chi è quell’Io che può vederla?* Distinguendo (chiamando all’essere) l’inautenticità, io distinguo (chiamo all’essere) me stesso, una porzione definita dell’infinità del mio Io reale. In altre parole, per poter compiere quest’atto *devo andare a ritrovare* quell’Io a priori che – grazie alla sua unicità, la «consapevolezza» – *la può* osservare. Anche questo movimento della coscienza Assagioli lo aveva visto bene. Ce lo fa capire precisamente questo suo passaggio:

«Un altro vantaggio è che la rivelazione [distinzione] dei diversi ruoli, caratteristiche, ecc. mette in evidenza, per contrasto, la realtà dell’io, del sé che li osserva ‘dall’alto’ per così dire. [...] ci si rende conto che il sé il quale sta ad osservare non può essere identificato con alcuna di esse, ma è qualcosa o qualcuno di diverso da ognuna. Questo è un riconoscimento molto importante che costituisce l’inizio della futura psicosintesi»⁽¹³⁾.

Ma anche qui, se vogliamo perseguire con esattezza e cura una seria fenomenologia dell’autenticità, dobbiamo fare qualche precisazione. Non vogliamo infatti *radicalizzare* l’attenzione sull’inautenticità o l’ostacolo opaco, perché ciò – secondo le leggi psicologiche – andrebbe a *nutrirla*. Vogliamo però sostare nella domanda di «quale inautenticità è già presente, se non ci sentiamo pienamente noi stessi, vivi, espressi». Vogliamo esaminarci *abbastanza* per arrivare a distinguerla, e dunque indebolirla, depotenziarla.

Ma soprattutto vogliamo, *mentre* la distinguiamo, *notare* l’emersione dell’Io a priori, che rinasce insieme ad essa. In altre parole vogliamo, posandovi la nostra attenzione, *sottolineare* l’esistenza, l’emersione, la presenza di quel «*soggetto vivente*» che ha compito quest’atto. Come ha precisato Alberto Alberti in alcuni suoi importanti scritti e come gli insegnò una volta di persona Assagioli, *la disidentificazione è soltanto un momento preliminare.*

Il momento (o movimento) decisivo dell’autocoscienza è quello dell’autoidentificazione. Fare questo è opera di pochi poiché richiede *coraggio*: il «coraggio di essere» nonostante quell’inautenticità che si è scoperta in noi.⁽¹⁴⁾

Dal punto di vista psicosintetico, richiede un *atto di volontà*. Ecco perché durante una conversazione personale registrata, Jim Garrison (presidente dello State of The World Forum, della Gorbachev Foundation/USA e dell’Ubiquity University) mi disse:

«[...] E torno ad Assagioli. Voglio dire, il potere di Assagioli è il suo riconoscimento che alla fine... *alla fine dei conti* [«in the end...»], la tua vita è un atto di volontà. Tu devi, alla fine dei conti, fare scelte. E queste scelte hanno conseguenze. *Ogni* scelta ha una conseguenza. E questo fu ciò che lo rese grande. La vita autentica è, alla fine dei conti, un atto di volontà»⁽¹⁵⁾.

Ciò che sembra essere sfuggito alla gran parte degli studi sull’autenticità, è che il suo *accesso effettivo* passa per l’esercizio dell’*intera funzione volitiva*. Ciò include l’esercizio della «volontà sapiente», che vi giunge tramite lo svelamento «indiretto» delle inautenticità. Ma anche attraverso l’esercizio attivo di una delle sue più importanti «qualità»: l’*osare*. Infatti, *praticando* tutto ciò su noi stessi, nel «laboratorio» della nostra esperienza esistenziale, scopriremo qualcosa di importante: *quanto più forte è l’inautenticità, tanto più coraggio, audacia e capacità di osare sono necessarie per distinguerla*. Scopriremo di conseguenza che nel mondo della coscienza non è possibile barare: la misura esatta della nostra *possibilità* di essere autentici non è tanto correlata alla nostra *conoscenza*, ma alla forza interiore del nostro *essere*. Sarà decisamente più chiaro ciò che alcuni geniali pionieri della coscienza umana hanno scoperto per se stessi e ci hanno comunicato:

«Osare è perdere momentaneamente l’equilibrio, non osare è perdere se stessi. E osare nel suo senso più elevato è precisamente diventare consapevoli del proprio Sé». – Søren Kierkegaard

Mauro Ventola

Laureato in Filosofia, Direttore del Centro di Psicosintesi di Napoli