

ALCHIMIA BIO-PSICO-SPIRITUALE E PSICOSINTESI DELL'UMANITÀ'

Petra Guggisberg Nocelli



(prima parte - seguirà nel prossimo n. 46)

“La mente è messa in armonia con lo spirito e comprende il corpo, raggiungendo un'unità organica e armoniosa di tutti gli aspetti dell'essere umano, che potremmo chiamare Bio-psicosintesi. Questa è vera alchimia spirituale.”

Roberto Assagioli⁽¹⁾

UMANITÀ SENZA PACE

Vorrei iniziare questo contributo con una citazione di Roberto Assagioli.

“È molto probabile che l'umanità non sia mai stata così senza pace come lo è ora. Dobbiamo solo guardarci intorno per capire quanto sia vero.»⁽²⁾

A quando si riferisce questo “ora”? Sembra che questo ora, sia un “eterno ora”... Mi sono chiesta quando Assagioli avesse scritto questa riflessione sulla pace. Durante la prima guerra mondiale, quando lavorava come medico presso l'ospedale di Ancona? Durante la seconda, quando fuggiva con il figlio Ilario dalle persecuzioni nazi-fasciste? Oppure più tardi? In verità, ciò che conta davvero è che queste parole sembrano essere sempre attuali. Allora, come ora. Quasi appartenessero ad un'aspirazione senza tempo dell'anima umana. Sembra quindi che ci troviamo di fronte a un tema archetipico, universale, che ci interroga sempre e da sempre.

Assagioli prosegue così: *“In un mondo simile, coltivare la pace non è tanto un lusso spirituale quanto una necessità quotidiana. Una persona in grado di essere un centro vivente di pace nel mondo odierno sarà in grado di offrire all'umanità bisognosa il beneficio di cui più manca e di cui ha maggiormente bisogno.”*

DOMANDE INIZIALI

La mia riflessione prende il via da alcune domande - che, ne sono certa, condivido con molti di voi e con molti di coloro che scelgono di porsi con occhi e cuore aperti di fronte allo stato attuale delle cose:

- C'è un buon modo per conciliare la tristezza, la paura, l'indignazione che proviamo, con l'essere quel “centro vivente della pace” e irradiare pace, gioia e amore nel mondo?
- C'è un modo per “comporre” queste diverse esperienze interiori che sembrano così distanti l'una dall'altra?
- Come possiamo resistere alla disperazione dell'impotenza da un lato, e all'illusione dell'onnipotenza dall'altro, assumendo la nostra parte di responsabilità, rivendicando ed esprimendo il nostro potere...
- ... e continuando a rimanere aperti e grati per la bellezza e le meraviglie che il mondo ci offre ogni giorno?

Questa sembra essere una delle principali sfide che ci pone questo “mondo che cambia”. Che forse il mondo in perenne cambiamento ha sempre posto all'umanità. E, naturalmente, l'idea che voglio esplorare con voi è se ciò che in Psicossintesi chiamiamo “alchimia interiore” possa essere uno dei percorsi utili per navigare in questi tempi incerti.

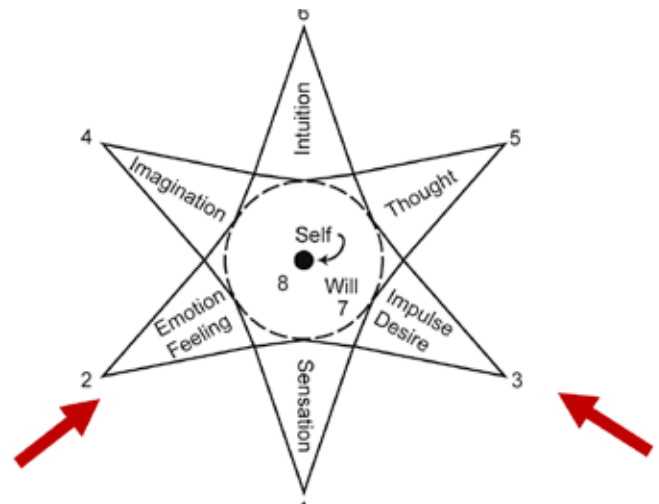
CHE COS'È “L'ALCHIMIA BIO-PSICO SPIRITUALE”? COSA HA A CHE FARE CON LA PSICOSINTESI DELL'UMANITÀ?

Che cos'è l'“alchimia bio-psico-spirituale”? Che cosa ha a che fare con la psicossintesi dell'umanità? E con l'importanza della sintesi in un mondo che cambia?

Il termine “alchimia” - già nell’antico Egitto, nell’antica Grecia e in Oriente, e poi nella cultura araba e in quella occidentale - ha sempre indicato una scienza misteriosa il cui obiettivo ultimo era la ricerca di una sostanza (la pietra filosofale) capace di curare tutte le malattie, di rendere onniscienti e - questa è ovviamente la proprietà che più ha colpito l’immaginazione degli esseri umani - di trasformare il piombo in oro.



Quando in Psicointesi parliamo di alchimia “bio-psico-spirituale”, ci riferiamo ad un processo molto preciso, vale a dire all’utilizzazione, alla trasformazione e alla sublimazione delle energie bio-psichiche: degli impulsi e dei desideri aggressivi e sessuali, delle emozioni e dei sentimenti.



RUOLO CRUCIALE DELL’ALCHIMIA NEL PROCESSO DELLA PSICOSINTESI

L’alchimia ha un ruolo cruciale nel processo psicointesivo ma questo non è sempre così chiaro. Forse perché solitamente tendiamo a sottolineare altri aspetti, più noti e senz’altro importantissimi del nostro approccio, quali la disidentificazione, la volontà, il supercosciente, il Sé, eccetera. Eppure questo punto è ancora più centrale anche perché, quasi in modo frattale, implica tutte le altre esperienze della Psicointesi.

Sappiamo che il processo della Psicointesi è diviso in tre fasi principali, che preferisco però chiamare “aspetti”, poiché sono in realtà diversi livelli di intervento da tenere sempre presenti contemporaneamente, e che possono essere sintetizzati nel famoso motto “conosci, possiedi trasforma – te stesso”.

Due funzioni psicologiche, impulso ed emozione, costituiscono la materia prima del nostro lavoro alchemico. Queste due funzioni - che possiamo paragonare all’energia del sole, dell’acqua, della terra e del vento (e qui si capisce già quanto questa metafora possa essere evocativa) - sono definite da Assagioli⁽³⁾ “gli elementi che danno energia, vita”; “la tendenza spontanea che ci muove”, e hanno caratteristiche specifiche:

- sono energie naturali
- sono quindi pre-morali
- sono indistruttibili
- richiedono di essere espresse
- e sono in continua trasformazione: gli impulsi tendono automaticamente a trasformarsi in azioni; le emozioni diventano immagini e pensieri...

Queste trasformazioni, inizialmente automatiche e inconsapevoli, possono essere dirette e regolate dall'Io-Sè. Questa è la grande sfida del lavoro alchemico. Ecco per quale motivo la nostra psicossintesi inizia proprio con questo primo compito.

IL LAVORO ALCHEMICO CI RADICA IN CIÒ CHE È NATURA E NATURALE

“L'alchimia interiore è un metodo naturale nel senso più alto perché è in accordo con la nostra vera natura e il sentiero ascendente che siamo destinati a seguire.”

Roberto Assagioli

È di primaria importanza sottolineare come il lavoro alchemico ci radichi immediatamente in ciò che è natura e naturale. Esso prende il via proprio dal riconoscimento di quelle istanze che condividiamo con i nostri amici animali. Con un'importante differenza, tuttavia. Che in noi esseri umani - che abbiamo, per così dire, mangiato il frutto dell'albero della conoscenza del bene e del male - gli istinti vitali non si auto-regolano più in modo innato.

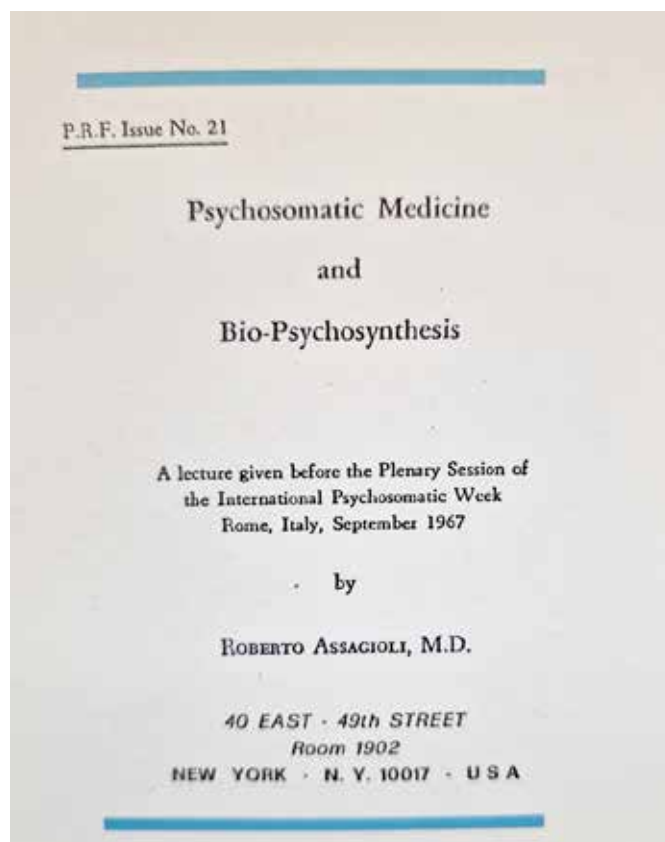
Continuando a sviluppare la metafora, come dentro, così fuori: anche il vento, l'acqua, la terra e il sole - pur essendo le energie che sostengono la vita sul pianeta - possono portare distruzione (inondazioni, uragani, terremoti). L'unica opzione che gli esseri umani hanno è quella di comprendere e rispettare queste forze e, per quanto possibile, dirigerle nel modo più saggio ed ecologico.

Allo stesso modo a noi urgono consapevolezza e volontà, in assenza delle quali i nostri istinti si pervertono al servizio di logiche innaturali e disumane, raggiungendo estremi che purtroppo conosciamo bene: gli eccessi

della pornografia, il delirio consumista, le tragedie umanitarie, solo per fare qualche tristissimo esempio. L'essenza, il potente significato e l'estrema necessità del lavoro alchemico stanno proprio qui.

L'alchimia interiore parte quindi dal riconoscimento e dalla riconnessione con ciò che sta alle fondamenta della vita individuale e collettiva, con il “bios”, la natura dentro e fuori. E questo non ci dovrebbe stupire perché ricordiamo che il nome completo di Psicossintesi è in realtà “Bio-psicossintesi” e che Roberto Assagioli - oltre ad essere stato uno dei padri della psicologia umanistica e di quella transpersonale e un grande cultore di molte tradizioni spirituali - fu anche uno dei primissimi studiosi italiani di psicoanalisi e un pioniere della medicina psicossomatica, tanto da essere invitato come relatore alla prima Settimana Internazionale di Medicina Psicossomatica. Si è quindi confrontato con questo argomento a lungo e fin dall'inizio dei suoi studi.

67



LA CREAZIONE DI UN ORGANISMO PLANETARIO ARMONIOSO

Infatti - e qui vengo alla seconda parte del titolo - lo scopo ultimo della trasformazione di queste energie, cioè dell'alchimia bio-psico-spirituale, è niente di meno che la creazione di "un armonico organismo planetario", la psicossintesi dell'umanità. E il più grande ostacolo alla creazione di una tale sintesi sta nelle pulsioni e nelle emozioni represses e/o non regolate⁽⁴⁾.

Qui abbiamo un esempio meraviglioso di quello che riesce sempre a stupirmi della Psicossintesi, cioè la sua capacità di collegare, di integrare in un'unità organica, livelli di esperienza apparentemente molto distanti. Essa riesce ad agganciare visioni amplissime, planetarie, addirittura universali, alla nostra vita quotidiana e ad aspetti molto semplici e basilari della nostra dinamica psichica, quali le nostre pulsioni e le nostre emozioni.

Collegando il processo di trasformazione degli impulsi e degli affetti alla "creazione di un armonico organismo planetario", stiamo infatti affermando l'immenso valore di questo processo non solo per il nostro benessere individuale, cosa di per sé già preziosa, ma per l'intera comunità dei viventi che abitano il pianeta Terra. Riconosciamo che la trasformazione individuale e la trasformazione collettiva, lungi dall'essere separate, sono invece strettamente interconnesse, "entangled", per usare un termine che ora è molto di moda.

Collegando l'alchimia interiore alla Psicossintesi dell'umanità, sottolineiamo con forza che ogni individuo è molto più importante di quanto siamo soliti immaginare. Che l'impatto delle nostre azioni, o della nostra mancanza di azione, è molto più ampio di quanto ci facciano credere le narrazioni derivate dal paradigma meccanicistico-deterministico prevalente. Un paradigma che, nella sua logica riduttiva e lineare, ci rappresenta come essenzialmente insignificanti.

(fine prima parte)

Bibliografia

- R. Assagioli, *Lo sviluppo transpersonale*, Astrolabio, p. 82
- R. Assagioli, *Comprendere la Psicossintesi*, p. 51 e p. 63
- R. Assagioli, *Trasformazione delle energie psichiche*, Istituto di Psicossintesi, 1963
- R. Assagioli, *Trasmutazione delle energie combattive*, Istituto di Psicossintesi, 1965
- G. Bateson, *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, 1999
- F. Capra, *Il tao della fisica*, Adelphi, 1994
- E. da Rotterdam, *Il lamento della pace*, BUR, 2005
- P. Guggisberg Nocelli, *La Via della Psicossintesi*, Xenia, 2017
- P. Guggisberg Nocelli, *Conosci, Possiedi, Trasforma te stesso*, Xenia, 2016
- J. Macy and M. Young Brown, *Coming Back to Life: The Updated Guide to the Work That Reconnects*, New Society Publisher, 2014
- E. Morin, *La sfida della complessità*, Ed, Le lettere, 2025
- K. O'Brien, *You Matter More Than You Think: Quantum Social Change for a Thriving World*, CHANGE Press, 2021
- W. Polt, *The Anger Makeover*, Cheshire Cat Books, 2021
- M. Rosselli, *International Transpersonal Conference*, Prague, 2017

Per approfondire l'argomento

- P. Guggisberg Nocelli, *La Via della Psicossintesi*, Xenia, 2017, pp. 213-218
- P. Guggisberg Nocelli, *Conosci, Possiedi, Trasforma te stesso*, Xenia, 2016, pagg. 314-329

Note

1. R. Assagioli, *Lo sviluppo transpersonale*, Astrolabio, p. 82
2. R. Assagioli, *Lo sviluppo transpersonale*, p. 235
3. R. Assagioli, *Comprendere la Psicossintesi*, p. 51 e p. 63
4. R. Assagioli, *Trasformazione delle energie psichiche*, Istituto di Psicossintesi, 1963 e *Trasmutazione delle energie combattive*, Istituto di Psicossintesi, 1965