

EVENTO SPECIALE CENTO ANNI DI PSICOSINTESI

intervista a A.G. Gasperi, E. Gualandi, M. Fiore, L. Malfiore a cura della redazione



Tavola Rotonda con Annalisa Gemma Gasperi, Elena Gualandi, Margherita Fiore, e Lina Malfiore (da sinistra a destra)

Nel 2026 l'Istituto di Psicosintesi compie cento anni. Per celebrare questo traguardo, il Centro di Varese ha riunito amici, soci della prima ora e nuove generazioni in una giornata che ha intrecciato storia, ricordi, esperienze e prospettive per il futuro.

Dopo aver ripercorso la figura di Roberto Assagioli e la storia dell'Istituto attraverso le testimonianze che abbiamo ascoltato - introdotte da immagini e racconti sulla Psicosintesi - incontriamo quattro amiche - Annalisa, Elena, Lina e Margherita - che hanno trasformato la propria vita attraverso la Psicosintesi. Dalle loro storie emerge il cammino psicosintetico compiuto nel tempo, capace di tracciare una via. Le loro voci costruiscono anche la base di un ideale ponte intergenerazionale che collega passato, presente e futuro della Psicosintesi.

La bella sala dove si svolge l'evento è quella dei matrimoni del Comune di Varese. Di fronte alle nostre ospiti è disposta una platea di una cinquantina di persone, incuriosita dalla celebrazione di questo anniversario

importante. Con una narrativa molto personale, ognuna di loro racconta di sé,

Ognuna di loro ha una storia diversa, un momento preciso in cui la Psicosintesi è entrata nella propria vita: come è avvenuto quell'incontro, e cosa stavano cercando in quel momento.

Elena - il mio incontro con la Psicosintesi è avvenuto a 16 anni, nel 1986. All'epoca non c'era internet né c'era tutto ciò che la società odierna offre come possibilità di crescita ed evoluzione personale. Nonostante ciò, credo fortemente che il mio incontro con la Psicosintesi non sia avvenuto per caso e che, anche di fronte a mille altre alternative, in quel momento era quello il giusto incontro per me, quello che mi è risuonato nel profondo e che successivamente mi avrebbe cambiato la vita.

Il *messaggero* è stato mio papà, che mi ha portato a casa, insieme ai libri del liceo, un dépliant con tre conferenze introduttive dal titolo "Conosci, possiedi e trasforma te stesso".

Quella sera, mentre ascoltavo la conferenziera, ho sentito chiaramente una risonanza profonda con la visione psicosintetica: una chiarezza e una certezza incredibile sono riecheggiate nella mia mente — “Io voglio fare quello che sta facendo questa donna (n.d.r.: Luce Ramorino), io voglio dedicare me stessa alla Psicosintesi”. È stato un incontro karmico, d’Anima. E così è stato.

Lina - Era il 1996, trent’anni fa. Un’amica mi propose di andare a sentire una conferenza di Enzo Liguori dal titolo “Volere è potere”. Avevo 41 anni e stavo frequentando da un anno una scuola esoterica – ARDA, alla ricerca dell’Anima. La conferenza mi ha affascinato: ho capito quasi subito che esisteva un’assonanza con quanto stavo studiando. Mi sono avvicinata alla Psicosintesi non per bisogno o disagio interiore, ma per curiosità e ricerca di risposte sulla vita e sull’essere umano.

Margherita - Era il 1991, ero separata da un anno e alla ricerca di risposte. Avevo 32 anni e due bimbe piccole. Un’amica mi parla di un corso a San Fermo di Biopsicosintesi, e io ero convinta si trattasse di ginnastica. Mi presento al Centro, capisco di essere

nel posto sbagliato rispetto alle mie aspettative, ma mi trattengo. Scopro che il Direttore è Piermaria Bonacina, che tanto aveva nutrito il mio animo tempo addietro. Posso dire che è stato come quando, nelle fasi di un momento creativo, si cerca qualcosa e si trova qualcos’altro.

Annalisa - Era il 2003: madre da tre anni, in una terra che mi ospitava da dieci anni, alla ricerca di un modo per trasmettere radici e tradizioni a mia figlia. Passeggiando per Bolzano, vengo attratta dal logo della Psicosintesi sul portone di via Portici 70. Il direttore Ulderico Micocci mi accolse e, durante il colloquio, parlai della mia volontà di riordinare “le cantine interiori”. Non dimenticherò mai il suo sorriso e le sue parole: “Sei nel posto giusto!”

C’è una domanda che riguarda il presente: cosa vi ha portate qui, oggi, a condividere la vostra storia con tutti noi?

Lina - Per me essere qui è essere aderente a un impegno preso con la Psicosintesi da molti anni: un impegno a diffonderla.



Evento 100 anni di Psicosintesi - Sala Matrimoni - Comune di Varese

Margherita - Io sono stata fedele a un proposito, come un matrimonio interiore che trova una forma esterna: portare avanti un progetto come questo, diffondere la Psicosintesi.

Dopo quel primo incontro, il percorso è continuato. Ciascuna di voi ha proseguito, approfondito, fatto propria la Psicosintesi nel tempo.

Elena - È andata proprio sull'onda di quella intuizione iniziale. Accanto agli studi accademici, ho portato avanti la mia formazione in Psicosintesi e intorno ai 27 anni sono passata da discente a docente: ho iniziato a tenere le mie prime conferenze e i miei primi corsi, fino a diventare formatrice. È stato proprio nella preparazione all'insegnamento che il lavoro interiore proseguiva ulteriormente.

Lina - Prima ho frequentato il corso introduttivo, poi il corso di autoformazione. Poi la collaborazione al centro, dapprima parlando di fiabe e del loro significato simbolico, poi affrontando temi di Psicosintesi con conferenze e corsi.

Margherita - Come in una relazione c'è stato il periodo di innamoramento e di scoperta, lo "stato nascente", in cui mi sono buttata a capofitto nella frequentazione di corsi, seminari, tutto quello che veniva proposto. Ero affamata di sapere.

Annalisa - A più riprese il percorso mi ha portato la passione di diffondere e restituire quanto di buono ho ricevuto: dal metodo in sé, dalle relazioni nate, dal poter sperimentare la vita che mi viene incontro. Assieme al corso di autoformazione ho frequentato percorsi, seminari, laboratori, ogni attività possibile offerta dal Centro, tanta era la "fame" di riorientare la mia vita.

È forse la domanda più profonda: cosa trasforma, concretamente, la Psicosintesi in chi la pratica?

Margherita - Dopo 35 anni di frequentazione e pratica psicosintetica, quello che posso condividere è la capacità di fermarsi, di osservarsi e di farsi domande.

Sembra un paradosso: prima cercavo risposte, ora ho imparato a vivere con le domande, sapendo che ogni risposta è un punto di partenza per nuove esplorazioni. La trasformazione può avere tempi lunghi di gestazione e poi avvenire in un attimo. La Psicosintesi mi ha insegnato la capacità di essere "attenta", di dedicare tempo e cura senza forzare i tempi.

Elena - Personalmente l'ho sperimentato soprattutto grazie alla disidentificazione. Assagioli diceva che "i problemi non si risolvono, ma scompaiono". Questa frase mi è sempre parsa enigmatica finché ho capito che spesso un problema sparisce quando smettiamo di vederlo come un ostacolo insormontabile, accettandolo come parte della nostra realtà. Noi riusciamo a dominare e gestire tutto ciò da cui ci disidentifichiamo.

Lina - Prima è venuta la comprensione mentale, lo studio, poi la pratica che ha fatto penetrare la Psicosintesi così in profondità che quando mi sono accorta che stavo cambiando ero ormai presa per sempre. La Psicosintesi mi ha dato un metodo di lavoro interiore. L'osservazione è la base della consapevolezza: non ci può essere consapevolezza senza imparare ad osservarsi con spassionatezza, come avrebbe detto Assagioli.

La Psicosintesi non è solo teoria: è soprattutto una prassi, un esercitarsi quotidiano. Cosa insegna, nel concreto, a chi la pratica?

Elena - La Psicosintesi insegna ad entrare in contatto con la propria Verità, a comprendere che siamo oltre un corpo fisico, oltre tutte le nostre emozioni, oltre i nostri pensieri e la nostra mente. Insegna che esiste uno stato di consapevolezza che precede il pensiero — è ciò che va cercato, che va contattato. Questo è "quel punto di fuoco eterno, immortale, perfetto" di cui parla Assagioli.

Lina - Riassumo l'insegnamento della Psicosintesi con l'espressione "essere presente a me stessa", che è come dire essere autoidentificata nell'Io. Questa è la base per governare se stessi e la vita. Se esiste un centro direttivo — l'Io — c'è la possibilità di scegliere: questo ci dà una chance per uscire dal condizionamento e dalla meccanicità.

Margherita - Se dovessi riassumere l'insegnamento della Psicossintesi in una parola, direi: Osservazione, Direzione, Senso — che si traducono nel motto fondante: Conosci, Possiedi, Trasforma. Mi sono rivolta alla Psicossintesi in un momento di bisogno, dovevo risolvere i miei problemi e avere un metodo e delle tecniche da praticare, abbastanza semplici, è stato utile in quel momento. Quando dalla pratica sono passata al "cammino", al percorso interiore, allora sono arrivate le crisi. Ma a quel punto avevo già costruito la fiducia che gli inciampi facessero parte del percorso, e ho continuato.

Annalisa - La Psicossintesi mi ha insegnato a dedicare spazio e tempo a me e al mio aprirmi lento, a cambiare sguardo sugli accadimenti della vita. Ho imparato a prendere in braccio le mie parti fragili e ad accogliere la difficoltà come strumento. Tutto ciò nasce dalla capacità di osservarmi, porre chiare domande senza aspettare una risposta, passare dai tanti "perché?" al "come" e cercare di coniugare "...e/e..." — c'è questo e anche questo dentro di me. Nel gruppo mi sono sentita accolta ed è stato più semplice svelare me stessa, e riconoscere negli altri parti di me anche scomode.

La Psicossintesi non è rimasta confinata nei centri. Ognuna di loro l'ha portata fuori, nella vita, nel lavoro, nella comunità.

Elena - La Psicossintesi è dentro di me: la utilizzo nella vita quotidiana e con i miei clienti e pazienti, talora in modo silenzioso, cercando un contatto più profondo con l'Anima di chi ho di fronte attraverso un atteggiamento interno che un cuore attento sa cogliere.

Lina - Negli anni ho potuto insegnare la Psicossintesi presso associazioni in Lombardia, nella Svizzera Italiana e all'UNI3. Grazie alla Psicossintesi ho anche scritto libri sulla simbologia di fiabe e miti con un taglio psicossintetico: un prodotto del suo insegnamento.

Margherita - Soprattutto quest'anno sono stata spesso ospite di biblioteche e Centri polifunzionali che promuovono percorsi in sintonia con la Psicossintesi.

Rappresenta una novità nel mio percorso, ma trovo questa esperienza stimolante e utile per la diffusione.

Annalisa - Con alcuni collaboratori del Centro abbiamo proposto laboratori e percorsi annuali nelle RSA, nelle scuole superiori con progetti di integrazione e multiculturalità, laboratori con donne straniere per aiutarle nell'inserimento sociale. La Psicossintesi può essere portata ovunque ci sia un terreno disposto ad accoglierla.

C'è una domanda che tocca qualcosa di essenziale: la Psicossintesi è arrivata per caso o è stata una scelta?

Elena - Come dicevo, l'incontro non è stato un caso. Essa è riuscita a coniugare in me la necessità di comprensioni psicologiche con istanze più spirituali. Una delle migliori definizioni che conosco è quella di Maria Luisa Macchia Girelli, che ne parla come di "una trasposizione in chiave psicologica di una grande visione spirituale della vita". È la visione dell'uomo come essere biopsicospirituale - all'epoca era davvero innovativa - e che mi ha convinto perché quella era già parte della mia esperienza.

Lina - A quella conferenza ci sono arrivata quasi per caso, ma dopo ho deciso di restare, come un'innamorata che non può fare a meno dell'oggetto del suo desiderio. La Psicossintesi è una psicologia con l'Anima, e la psicologia del futuro. Il suo insegnamento propone una sintesi armonica dell'uomo attorno a un centro e l'espressione delle possibilità più alte di cui siamo capaci: l'unione cosciente con il Sé o Anima e la sua manifestazione nella vita, individuale e di relazione.

Margherita - La completezza del percorso e la libertà di sperimentazione. L'autoformazione mette in moto le nostre specifiche risorse. È importante capire il senso di questo lavoro: non siamo il fine, siamo il mezzo per restituire al mondo anche la parte migliore di noi. Si passa dall'autoformazione all'autorealizzazione: come dice lo psicossintetista Daniele De Paolis, "diventiamo reali". È una magnifica possibilità.

Annalisa - La Psicossintesi mi porta a scoprire dentro di me ampi spazi di libertà da vivere e manifestare con rispetto e fiducia. È un percorso completo che parte da me e porta con sé, in manifestazione, talenti e risorse, donando la possibilità di restituire e creare relazioni interpersonali più autentiche.

Per concludere: se doveste dare un nome al vostro incontro con la Psicossintesi, quale scegliereste? E c'è un'immagine, un simbolo, che lo rappresenti?

Elena - Il mio incontro lo intitolerei "Colpo di fulmine", perché così in effetti è stato. I simboli che sento di associarvi sono tre, tutti floreali: la Rosa, il Loto e il Soffione. La Rosa è il simbolo del Sé che sboccia e si apre al mondo. Il Loto è simbolo trasformativo e trasmutativo: Thich Nhat Hanh diceva "Niente fango, niente loto". E il Soffione, un potente simbolo della forza della gentilezza e anche di rinascita, così delicato eppure capace di portare i propri semi lontano, là dove ce n'è più bisogno. Così ci auguriamo che anche i semi della Psicossintesi possano attecchire sempre più, là dove c'è un terreno pronto ad accoglierli.

Annalisa - Il mio simbolo è l'Uroboro: l'antico simbolo raffigurante un serpente che si morde la coda, formando un cerchio. Rappresenta l'eternità, l'infinito, la ciclicità

della vita, la rigenerazione continua e l'unione degli opposti. Un cerchio che torna sempre a sé stesso, eppure non si chiude mai davvero.

Ringraziamo Annalisa, Elena, Lina e Margherita per la loro partecipazione: sincera, aperta e generosa.

Attraverso le loro parole abbiamo potuto toccare molti degli aspetti formativi e trasformativi della Psicossintesi, e confermare qualcosa che chi la pratica conosce bene: si tratta prima di tutto di un percorso esperienziale, che si vive quotidianamente.

Uno degli insegnamenti che emerge con più forza nei corsi è che non si cresce cercando risposte, ma imparando a fare le domande giuste. È un capovolgimento sottile ma profondo rispetto all'attitudine più comune, quella di chi cerca sempre e solo conferme. Uscire da un incontro di Psicossintesi con un dubbio in più, con qualcosa che non torna, non sempre soddisfatti ... è spesso il segno che qualcosa si è mosso.

La Psicossintesi non promette risposte definitive. Offre qualcosa di più prezioso: la ricerca di un senso. E là si intravede uno spiraglio di luce.



Comune di Varese - I giardini Estensi