

UN APPELLO ALLA SPERANZA E ALLA GUIDA INTERIORE

tradotto da Greta Bianchi

Ami Lamb



30

PSICOSINTESI TRANSPERSONALE E SPIRITUALITÀ PER IL VENTUNESIMO SECOLO

*“Nel mezzo dell’oscurità, la luce persiste”
(Mahatma Gandhi)*

In un mondo dove incombe l’oscurità, dove possiamo trovare speranza per una nuova alba?

Non è la prima volta che l’umanità affronta tempi bui, ma gli sviluppi attuali minacciano una realtà nuova e più oscura. La maggior parte dei clienti, così come altri che incontro, sembra vivere una certa turbolenza esistenziale, mentre ascoltano le notizie, riflettono sul cambiamento climatico o si immergono nei cinegiornali sulle piattaforme social. Non esistono soluzioni già pronte. Non ci sono pratiche standard a cui rivolgerci.

Così, come sempre, mi sono rivolta alla Psicosintesi e mi sono chiesta se potessimo trovare una guida negli insegnamenti di Roberto Assagioli. Come possiamo costruire speranza nel mezzo dell’oscurità e della disperazione? Questo è quello che ho trovato.

“L’UNICA VIAD’USCITA È QUELLA VERSO L’ALTO”⁽¹⁾

A livello personale, possiamo utilizzare l’esercizio della disidentificazione, quando siamo sopraffatti da una moltitudine di pensieri alimentati dalle emozioni, legati principalmente alla paura e alla rabbia, mentre guardiamo al futuro. Proviamo rabbia verso i politici e le personalità di maggior rilievo nel mondo sociale, temendo il cambiamento climatico e la distruzione della vita come la conosciamo. Sono davvero tempi turbolenti

ma, rafforzati dalle intuizioni ottenute dalla psicosintesi, abbiamo una solida base da cui capire ciò che accade intorno a noi.

Mentre pratichiamo la disidentificazione, ci identifichiamo anche con noi stessi, l'Osservatore. Questo ci aiuta a rimanere coscienti nel presente e a lasciar andare gli eroi e le eroine delle nostre lotte interiori, cercando di vincere guerre immaginarie. La psicosintesi come stile di vita, qualcosa per cui essere grati. Personalmente, spesso guardo la fotografia di quel vecchio sorridente con la barba bianca e sussurro silenziosamente, "... grazie!".

Tuttavia, la padronanza di sé coinvolge anche l'energia della volontà, quindi mi chiedo: dove dovrei dirigere la mia volontà, dove dirigeremo tutti noi la nostra volontà oltre la frustrazione che tende a limitarci?

Dove possiamo rivolgerci quando il mondo è in fiamme? Lo stesso Roberto Assagioli ci ha dato una strada chiara da seguire: "L'unica via d'uscita è quella verso l'alto".

A livello collettivo, abbiamo i livelli superiori del Sé e dell'Inconscio. Recentemente, mi sono ritrovata a guardare un titolo nella mia libreria, "Sviluppo transpersonale – le dimensioni oltre la psicosintesi", pubblicato nel 1975⁽²⁾. Si tratta di una raccolta degli scritti di Assagioli, scritti per la prima volta nel 1935 e poi rivisti nel 1962, in cui riflette sulla prima metà del ventesimo secolo. C'è un capitolo, "Spiritualità del ventesimo secolo", che mi ha ispirato a scrivere questo breve articolo. Assagioli vide così:

"...il rapido sviluppo della tecnologia, una crescente comprensione e una ricerca ancora più determinata del benessere materiale, il culto del denaro e del suo crescente prestigio e potere, e la visione che il successo nella vita fosse un'indicazione del valore individuale". (p. 193)

Potrei copiare pagina dopo pagina dal suo lavoro e tu, caro lettore, penseresti che fosse stato scritto solo ieri. Invece, vi darò un breve riassunto delle sue principali preoccupazioni;

"...mancanza di comprensione e paura reciproca tra

le nazioni... la diffusione della violenza... avidità economica sfrenata... la sete di piacere... l'attenzione della gente rivolta quasi esclusivamente al mondo esterno... il culto del corpo fisico e del suo potere e delle sue abilità... valori terreni, come l'attaccamento alla terra e alla razza".

Ammette che la prima metà del ventesimo secolo "presenta caratteristiche chiaramente materialiste e spesso anti-spirituali." Non sembrava avere illusioni; eppure, propose: "non basta elencare tali fenomeni, e aiuta ancora meno criticarli e deplorarli." (p. 194) Le sue parole ispirano all'azione:

"Ogni studente e osservatore della vita ha il dovere di comprendere ciò che vede, e per comprendere i fenomeni non deve fermarsi al livello della loro manifestazione esteriore né considerarli isolatamente – e, cosa ancora più importante, non dovrebbe assumere una posizione avventata a favore o contro di essi. È necessario liberarsi dai pregiudizi e mettere da parte le proprie reazioni normali e le preferenze personali. Se proviamo a farlo per il ventesimo secolo, esso assume un aspetto molto diverso: dietro i suoi tratti doloranti e distorti intravediamo un'anima nuova e vediamo una nuova luce brillare nei suoi occhi". (p. 194)

Un'anima nuova, una nuova luce? La psicosintesi può essere utile nel clima politico, sociale e culturale odierno come mano guida, anzi come luce guida, nel nostro cammino verso un futuro incerto?

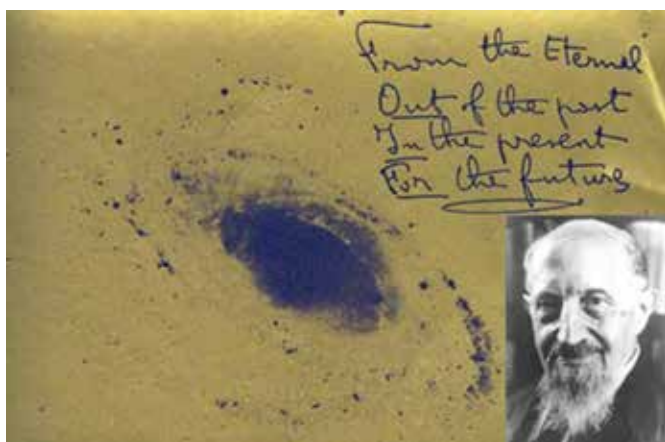
Si chiede se possiamo vedere:

"...Ci sono chiari segni di spiritualità insieme ai fenomeni che abbiamo già elencato? È possibile spiritualizzare le forze terrene che sono state scatenate? E come?" (p. 195)

I suoi scritti furono in parte ispirati dagli scritti di Alice Bailey.⁽³⁾ So che potrei rischiare riferendomi agli scritti esoterici di Bailey, ma lei è stata un'ispirazione per Roberto Assagioli nel suo lavoro transpersonale. E il suo lavoro, lo spirito e i principi della Psicosintesi sono stati

con me come principale fonte di ispirazione per quasi vent'anni, quindi non posso fingere che la sua influenza non esista.

“...dal passato... nel presente... per il futuro...”⁽⁴⁾



32

Dal passato...

La prima metà del ventesimo secolo vide due guerre mondiali e un genocidio di proporzioni fino ad allora senza precedenti. La lotta per il potere e la supremazia creò due blocchi opposti, le democrazie occidentali e il blocco orientale dell'Unione Sovietica.

Guardando agli anni '60, quando l'articolo di Assagioli fu rivisto e ripubblicato, si manifestarono segni di protesta contro l'ingiustizia politica e sociale. I movimenti per i diritti civili negli Stati Uniti possono essere simbolizzati dal coraggio di una donna nera, Rosa Parks,⁽⁵⁾ che mantenne il suo posto nella zona riservata 'solo per bianchi' dell'autobus di ritorno. Nel 1963, Martin Luther King tenne il suo discorso *I have a Dream*.⁽⁶⁾ A Parigi, i movimenti per la libertà portarono a riforme che modernizzarono la società francese e aumentarono le libertà individuali. I movimenti per la libertà si diffusero in un numero sempre maggiore di paesi e continenti.

Le rivolte e il desiderio di cambiamento furono sostenuti dal mondo della cultura. *The times they are a-changing*, Bob Dylan cantava negli anni '60 e Pete Seeger e i Byrds

cantavano le loro versioni dell'Ecclesiaste 3:1-11 nella canzone *To Everything there is a Season*. Poco dopo, il musical *Hair* cantò dell'arrivo dell'*Era dell'Acquario* e del lasciar entrare il sole con amore, luce e umanità.

La seconda metà del ventesimo secolo vide la continuazione dei conflitti sotto la luce rassicurante dello sviluppo tecnologico e sociale, dando ai cosiddetti paesi sviluppati un vantaggio nell'economia di mercato. I valori e gli ideali tradizionali svanirono man mano che si poneva maggiore enfasi sull'individuo, sul mondo esterno e sul progresso tecnologico ed economico della vita quotidiana. Ancora una volta, è sorto uno squilibrio tra Occidente e Oriente, in termini economici, sociali, religiosi e umani.

Ma c'è stata anche la creazione delle Nazioni Unite, dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e di altre organizzazioni globali di aiuto, degli accordi commerciali globali e così via. Il mondo iniziò a sembrare più sicuro, migliore - e la guerra sembrava appartenere al passato. Hans Rosling, co-fondatore e Presidente di Gapminder, ha tenuto sotto controllo le statistiche e ha presentato tendenze positive per gli obiettivi globali.⁽⁷⁾

Nel presente...

Ma ora, ben oltre il ventunesimo secolo, i conflitti sono aumentati su una scala e con rischi finora sconosciuti per il pianeta e l'umanità. La fame di un'economia di mercato in continua espansione ha avvolto tutti i continenti in una nebbia di inquinamento e distruzione ecologica di vario grado localmente, ma in un grado collettivamente sempre più pericoloso.

Il paradosso è che sempre più persone vivono sempre meglio, mentre le condizioni necessarie alla nostra vita sulla Terra peggiorano sempre di più e non si fa abbastanza per guardare alla vita sulla Terra da una prospettiva più chiara e olistica. È come se entrassimo in un negozio per comprare un binocolo per vedere il futuro e invece uscissimo con dei paraocchi che ci impediscono di vedere oltre il nostro naso. Sappiamo che il cambiamento è necessario, ma la strada verso il

cambiamento sembra passare attraverso i vecchi valori del gregge del “loro e noi”.

Per il futuro...

E ora, più di 60 anni dopo, guardando *ciò che è*, è facile disperare e sentirsi piccoli e insignificanti, ma il nostro compito come praticanti della Psicosintesi è osservare, disidentificare e compiere nuovi passi nella direzione desiderata, tutto basato su questi stessi principi. Lo stesso Assagioli ci ha dato una direttiva potente per il ventunesimo secolo con le parole: “L’unica via d’uscita è quella verso l’alto”. Parla di “costruire vie spirituali aeree” tra gruppi e nazionalità per creare un nuovo ordine mondiale di sintesi.⁽⁸⁾ Assagioli scrive che non possiamo sopravvivere come individui isolati, dobbiamo unirli in fratellanze spirituali, non in organizzazioni esterne.

Dobbiamo fornire linee guida, incoraggiare iniziative, educare, illuminare e elevare le persone a un livello superiore in tutti gli ambiti della vita e delle attività umane.⁽⁹⁾ (p. 203)

Dice (p. 204) che alcuni dei problemi e dei compiti che devono essere affrontati sono:

1. Per capire cosa sta succedendo. Questo è il punto di partenza essenziale.
2. Sopportare e resistere alle varie difficoltà, reazioni, colpi e disagi coinvolti.
3. Collaborare attivamente alla costruzione della nuova civiltà. In altre parole, diventare costruttori.

Mi piace il fatto che Assagioli non ci stia dicendo di costruire simboli o manifestazioni esterne. Sta affermando chiaramente che si tratta di ciascuno di noi che si risveglia alla nuova era e ai nuovi bisogni e compiti che ci attendono.

Per aiutarci a comprendere cosa sta accadendo in una prospettiva più ampia, possiamo ascoltare il discorso di Mark Carney, Primo Ministro del Canada, al World Economic Forum di Davos, Svizzera, il 20 gennaio 2026. Il suo discorso suscitò una standing ovation dal

pubblico di alto livello. Solo due persone prima di lui hanno meritato questo raro riconoscimento; Nelson Mandela e Volodymyr Zelenskyy.

Carney parlava eloquentemente della storia, citava gli scrittori, ci ricordava il pericolo di “adattarsi per andare d’accordo”, di schivarsi e di segnalare obbedienza per evitare problemi. Ha parlato della scena economica e politica mondiale, ma sicuramente il suo messaggio può essere visto anche attraverso la Lente della Psicosintesi. Ha parlato di essere persone di principi e pragmatici. In altre parole, di essere fedeli a se stessi.

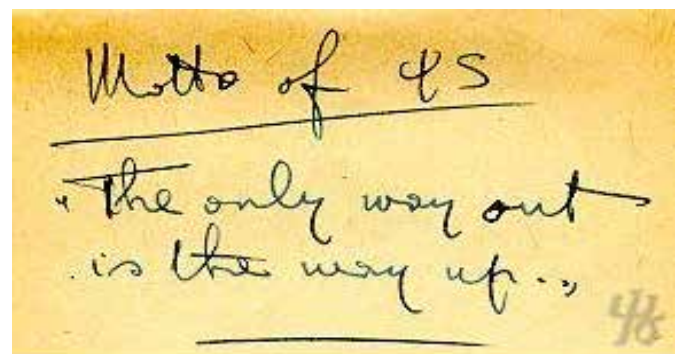
Ha parlato di realismo basato sui valori. In altre parole, di manifestare valori superiori nel mondo immanente.

Ha parlato di affidarsi al valore dei nostri punti di forza. In altre parole, di autentica autoidentificazione.

Parlava di conoscere e applicare i propri punti di forza. In altre parole, sulla fiducia, l’autocoscienza e la volontà.

Consideriamo ancora le parole di Assagioli: “L’unica via d’uscita è quella verso l’alto”. Mi piace pensare che ciò che intenda è che tutti noi, individualmente e come umanità collettiva, saremo salvati dalle nostre aspirazioni superiori e dalle leggi e principi che si chiamano “spirituali”.

Ma il fatto è che non possiamo ignorare le sfide che ci vengono poste. Dobbiamo affrontarle e risolverle, per uscirne vincitori. Ed è qui che il discorso di Carney ha portato la lucidità necessaria per affrontare le sfide che incontriamo, siano esse personali o collettive. Una lucidità che non ha nulla a che vedere con la paura, la sottomissione e la falsa obbedienza.



Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Il mio sogno è un nuovo ordine mondiale di sintesi e relazioni giuste. Un ordine mondiale in cui le leggi e i principi spirituali possano guidarci verso un futuro più leggero.

Come avrete ormai intuito, credo che “l’unica via d’uscita sia quella verso l’alto” . Che sia attraverso preghiere individuali, azioni personali, proteste di massa globali per la libertà e i diritti umani, azioni civili per il clima o qualsiasi azione volta al “bene comune” e a un futuro sostenibile.

Quando abbiamo bisogno di credere nel nostro potere di contribuire a un cambiamento importante, ricordiamo le parole della grande antropologa Margaret Mead: *Non dubitate mai che un piccolo gruppo di cittadini attenti e impegnati possa cambiare il mondo; in realtà, è l’unica cosa che lo abbia mai fatto.*

Siamo tutti leader del cambiamento a pieno titolo.

La guida interiore che si manifesta attraverso il sé cosciente e la volontà è personale. Che si tratti di piccoli passi o di grandi balzi, tutti noi possiamo indirizzare e utilizzare il potere delle nostre convinzioni e dei nostri valori verso il “bene superiore”.

Credo fermamente che la guida interiore, o anche la guida spirituale, sia ciò di cui abbiamo bisogno oggi per condurci verso il futuro. Potrebbe essere costruita sui valori e sulle energie delle sei leggi naturali e dei principi dell’anima descritti negli scritti di Alice Bailey. Questi sono: la Legge dei Retti Rapporti Umani, la Legge dell’Attività di Gruppo, la Legge dell’Avvicinamento Spirituale e il Principio della Buona Volontà, il Principio dell’Unanimità e il Principio della Divinità Essenziale.

Lo Spirito è all’opera anche nelle ore più buie, e cos’è lo Spirito? Assagioli definisce lo Spirito come segue:

“...Lo Spirito è quell’elemento di trascendenza, superiorità, permanenza, potere, libertà, realtà interiore, creatività, armonia e sintesi in ogni manifestazione, sia individuale che sociale. Nell’Uomo, quindi, il termine ‘spirituale’ (in misura variabile) può essere attribuito a tutto ciò che lo spinge a trascendere il suo egoismo

esclusivo, le sue paure, la sua inerzia e il suo amore per il piacere, tutto ciò che lo spinge a disciplinare, controllare e dirigere quelle forze, istinti ed emozioni indomiti che ribolliscono dentro di lui, tutto ciò che lo induce a riconoscere una realtà superiore superiore, di natura sociale o ideale, e diventare uno con esso, estendendo i limiti della propria personalità”. (p. 196)

Assagioli conclude il suo articolo dicendo:

“...è nostro fervente desiderio e ferma intenzione che tutte le anime risvegliate, tutte le menti illuminate e tutti i cuori generosi siano degni della meravigliosa opportunità che ci attende, affinché la gloriosa nuova Era dello Spirito possa essere inaugurata. (p 205)”

Riflettendo la luce spirituale, tutti diventiamo portatori di Luce con la Speranza come nostro faro.

Note

1. Motto scritto sulla lavagna della Casa Assagioli
2. ISBN 1 85538 291 1
3. Alice Bailey... nella sua serie di libri sugli insegnamenti di D.K.
4. Citazione di Roberto Assagioli, per cortesia di Isabelle Küng.
5. Rosa Parks 1956.
6. Martin Luther King, 1963.
7. Hans Rosling, TED talk <https://www.youtube.com/watch?v=hVimVzgtD6w>
8. Testo su scheda per la Giornata Mondiale della Psicosintesi
9. Mark Carney, Davos 2026. <https://www.youtube.com/watch?v=flsgJe8mN-A>