

## PSICOLOGIA E PARAPSICOLOGIA

*(Archivio Assagioli - Firenze)*

Ripeto due altri consigli: primo, di segnare per iscritto i risultati. Anche qui c'è una cosa che può sorprendere chi non ha pratica di ciò: sul momento la risposta può sembrare così chiara, così sentita, da dire "non la dimenticherò mai"; ma dopo poco tempo, nella stessa giornata, questa ci sfugge. Appunto perché le impressioni superiori sono delicate e nel clima, nella densità psicologica abituale non possono prendere radice e sfuggono. Perciò consiglio di segnarle subito. Anche per poterci meglio riflettere e considerarle e aggiungerne altre, per paragonarle con altre risposte.

Facciamo l'esercizio completo insieme, ora; lo faccio io in prima persona e ognuno potrà applicare a se stesso quello che andrò dicendo; dirlo a se stesso. Cominciamo lietamente a liberare il nostro io dalla zavorra che abitualmente lo tira giù: "Io ho un corpo fisico, ma non sono il mio corpo. Il mio corpo può essere in varie condizioni di salute o di malessere, riposato o stanco, ma questo non ha nulla a che fare con me, col mio Io. Il mio corpo è il mio strumento prezioso di esperienza e di azione nel mondo esterno, ma è solo uno strumento. Lo tratto bene, cerco di tenerlo sano, ma non è me. Io ho un corpo, ma non sono il mio corpo".

Così pure: "io ho una vita emotiva, che spesso mi dà parecchia noia, parecchio da fare, ma io non sono le mie emozioni, i miei sentimenti. Queste emozioni, questi sentimenti sono mutevoli, ondegianti, non di rado contraddittori, in conflitto fra loro, e io posso e li potrò sempre più osservare prendendo l'atteggiamento dello spettatore distaccato. Quindi, se posso osservarle, comprenderle, criticarle o approvarle in qualche misura, da principio molto piccola, poi via via più crescente, e quindi dominarle, dirigerle, utilizzarle, ciò evidentemente vuol dire che io non sono le mie emozioni. Lo stesso posso dire della mia mente, piuttosto indisciplinata, che tende ad andar per conto suo, che reagisce rapidamente alle impressioni esterne, o ai moti emotivi, che...".

Quindi, corpo, sentimenti e mente sono organi di esperienza e di percezione, d'azione, ma non sono me stesso, non sono "io". Che cosa è dunque l'"Io"? Che cosa sono io? Anzitutto ed essenzialmente un centro di pura consapevolezza, una specie di occhio interno, che osserva, percepisce e sa di vedere, di percepire, quindi, autocoscienza. E come tale, permanente, semplice, immutabile. Di tutto noi possiamo dubitare, fuorché di esistere. Descartes ha detto: "cogito ergo sum". Penso, dunque sono. Si potrebbe dire anche "dubito, dunque sono". Posso dubitare di tutto fuorché di essere, perché nel momento stesso in cui dubitassi di essere, sarei io che dubito. Se non ci fossi io, non potrei dubitare. Questo non è un gioco di parole. È una constatazione, un'esperienza interna.

L'Io però non ha soltanto questa autocoscienza ricettiva di osservatore, esso ha anche un potere dinamico, e questo potere è la Volontà. Un filosofo polacco, il Kochowski, ha detto molto più giustamente e profondamente, a mio parere, di Descartes: "Io voglio, dunque penso e sono". Veramente la Volontà è il potere essenziale dell'Io. Già molto tempo prima, Sant'Agostino aveva detto: "Omines sunt voluntates". Gli uomini sono delle volontà.

È strano che nella psicologia moderna la volontà sia stata, se non negata, trascurata. Ma ciò si spiega perché anche l'Io, l'autocoscienza, è stata trascurata. La scoperta, l'indagine del subconscio è stata un grande progresso della psicologia moderna. Essa ha aggiunto realmente una terza dimensione alla psicologia. Ma questo interesse ha fatto dimenticare l'Io cosciente che diviene cosciente dell'inconscio. Anche questo non è un gioco di parole. Perciò anche qui giusta proporzione: piena ammissione dell'importanza e della vastità dell'inconscio, e questo schema lo dimostra. L'area dell'ovoide è più ampia della piccola area circolare. Altrettanto vero, a mio parere, è la realtà e l'importanza dell'Io cosciente, riflesso e scintilla dell'Io Spirituale, Principio immortale o Scintilla Divina in noi.

Non vi è netta differenza fra le funzioni e attività psicologiche, normali, da un lato e le facoltà parapsicologiche, supernormali e spirituali dall'altro. Questo è un principio fondamentale, che è bene realizzare. Ci sono molti intellettualmente ipocoscienti, ed è la maggioranza dei normali; vi è un'ampia minoranza di persone intelligenti, e una minoranza di persone geniali ancor più piccola; poi vi sono pochi veri geni. Ebbene, chi può fare una distinzione netta? Non è possibile, poiché vi è, direi, una scala intellettuale che va dai subnormali fino ai geni. È la stessa mente, lo stesso intelletto umano che in proporzioni, in percentuali diverse si trova nei vari individui. Sono differenze, che, in un certo senso si possono chiamare quantitative.

Lo stesso si può dire per le qualità estetiche: per esempio, per il disegno, per la musica. Vi sono di quelli che le hanno in modo rudimentale, vi è una maggioranza che apprezza, che ha un certo senso estetico, sia pure rudimentale..., o altre forme elementari, discutibili, ma che sentono il ritmo; e altri ancora che veramente apprezzano la musica di tipo superiore. Ci sono poi gli intenditori, i buoni musicisti come Toscanini, quindi c'è una continuità di sviluppo di queste facoltà umane psicologiche, dal minimo al massimo.

Il secondo punto, che è una specificazione del primo, è: "Ogni funzione normale ha delle corrispondenti facoltà parapsicologiche e supernormali". Ciò che avviene entro la sfera dell'individualità, avviene anche al di fuori di essa, cioè: l'Io cosciente, mentre normalmente percepisce ciò che è nell'ambito della sua individualità, può percepire anche influssi e correnti che vengono dal di fuori di essa. Ad esempio, la sensazione del tatto ha per corrispondente parapsicologico la psicomatria: cioè, se il sensitivo tocca un oggetto, non solo sente la consistenza, la temperatura, ma sente l'influsso psichico collegato a quell'oggetto. Così la vista ha per controparte parapsicologica la chiaroveggenza, cioè la visione extrasensoriale di ciò che è lontano nello spazio e nel tempo. E la controparte spirituale, all'ottava superiore a quella

parapsicologica è l'illuminazione spirituale. Molti che hanno avuto un risveglio spirituale, parlano di luce, di illuminazione. In alcuni casi vi è anche una combinazione fra sensazioni obiettive di luce e parapsicologiche, e i sensi interni di illuminazione, di visione, chiarimenti di problemi, ecc. L'udito ha per controparte psicologica la chiaroudienza, cioè la facoltà di percepire delle voci che corrispondono a impressioni telepatiche e, come controparte spirituale, il senso dell'armonia cosmica, quella che Pitagora ha chiamato "l'Armonia delle sfere". L'attività muscolare ha per controparte parapsicologica la telecinesi cioè l'azione meccanica a distanza.

La facoltà psicologica, ossia la comprensione psicologica degli altri, che le persone che hanno pratica di essa come educatori, medici, ecc. hanno sviluppata normalmente, ha per controparte supernormale l'intuizione diretta dell'animo altrui. La facoltà normale di previsione razionale, allorché uno possiede molti dati può prevedere, ad esempio, il comportamento di una persona essendogli noti il carattere, il temperamento, la condotta precedente; questa facoltà parapsicologica ha per controparte la precognizione. Quindi è bene tener sempre presente questo collegamento delle tre ottave: facoltà psicologiche normali, facoltà parapsicologiche ed espressioni superiori, spirituali.

Il terzo punto fondamentale che ha carattere pratico è questo: l'uso sano, per quanto possibile scevro da errori delle facoltà parapsicologiche presuppone lo sviluppo e il dominio delle corrispondenti funzioni psicologiche normali. Ad esempio, un sensitivo non sarà in grado di osservare con precisione né di interpretare e valutare giustamente i propri fenomeni se non ha sviluppata la normale capacità di osservazione accurata, e oggettiva. Non conoscerà gli elementi principali, il metodo scientifico e le norme del ragionamento e della logica.

Questo sembra ovvio, è vero. Bisogna andare dal facile al difficile, dal semplice al complesso. Se uno non sa osservare il mondo esterno, e se non sa dalle sue osservazioni trarre delle deduzioni logiche, intelligenti, tanto meno saprà farlo in un campo così complesso e multiforme come è quello parapsicologico. Eppure, questa verità di Mr. de La Palice è, in pratica, ignorata; cioè, in generale, non si avverte, non si allenano i sensitivi a questa preparazione. È questa una delle ragioni del discredito della metapsichica, perché studiosi seri si sono trovati di fronte a sensitivi che non sapevano riferire, o riferivano confusamente, facendo grossolani errori di interpretazione, dando valutazioni errate a quello che percepivano, E così, non ricordando il principio che ho già accennato, cioè della pazienza che doveva avere lo scienziato, si dimenticavano, si stancavano e svalutavano quei fenomeni.

Invece occorre fare questa opera di preparazione psicologica e di istruzione dei sensitivi. I migliori sensitivi non domandano di meglio, poiché essi stessi si rendono conto, sono, direi, un mistero per loro stessi; riconoscono di non comprendere bene, di avere delle facoltà, non comprendere, come dicono molti artisti; "sì, ho l'ispirazione, mi viene l'ispirazione, ma io non so come avvenga, e non ne sono padrone".

Perciò il quarto punto che ne deriva è: che occorre un allenamento metodico delle varie funzioni e qualità, secondo un programma ben definito, iniziando dalla funzione normale e passando poi ai suoi corrispondenti sviluppi paranormali e spirituali.