

IL BISOGNO DI APPROVAZIONE

(Archivio Assagioli - Firenze)

Il modo veramente risolutivo di gestirlo è di rinunciare ad ogni approvazione, rinunciare ad ogni desiderio di approvazione; sviluppare la divina indifferenza verso l'approvazione. Questo è la meta finale, il punto d'arrivo.

Ci sono due modi per gestire questo aspetto: psicologicamente e spiritualmente. Spiritualmente il modo è di dissolvere questo bisogno di riconoscimento attraverso la divina indifferenza. Naturalmente, questo bisogno di riconoscimento è una cosa del tutto normale, quindi è del tutto sana; ma noi non vogliamo essere normali. Naturalmente si tratta di un senso di AUTO-REFERENZIALITÀ, qualcosa di egocentrico (non egoistico, ma egocentrico), e poi c'è anche un senso di insicurezza. Ma se vi identificate con la vostra Anima, dite: "come Anima non ho bisogno di alcun riconoscimento, eccetto forse dalla Monade, quindi quello che gli altri pensano di me è del tutto irrilevante; qualunque cosa pensino di me è sbagliata, ecc. Che cosa importa?". E naturalmente succede che ognuno la pensa in modo diverso, e ci giudica in modi opposti. Per cui non ha nessuna importanza.

Vi ricordate la frase citata dal T., "Essi dicono, che cosa dicono, lasciate che dicano". Quindi il modo è questo, non curarsene minimamente! Ogni valutazione di voi è fondamentalmente sbagliata: primo, perché non sono in grado di conoscervi, quindi hanno il diritto di sbagliarsi. E poi perché di solito la gente si sbaglia. Per cui che importanza ha? Metafisicamente, voi siete quello che siete, diciamo così. Psicologicamente siete in un continuo divenire. C'è una crescita continua, per cui non siete quelli che eravate ieri. Per cui che importanza ha?

Normalmente le persone vi giudicano da quello che eravate, e quindi non possono aver ragione. Se voi siete sempre diversi, loro sono sempre in ritardo. Quindi il vero atteggiamento è di deporre ogni interesse per il giudizio altrui. Naturalmente, questo si ripresenterà automaticamente, quindi ogni volta allontanatelo, CHE IMPORTANZA HA? Non può sapere.

L'UMORISMO È UNA COSA MOLTO SERIA: UNA TECNICA IMPORTANTISSIMA

L'umorismo scioglie tutta questa emotività e questo senso di falsa importanza. Semplicemente ridete di tutte queste piccolezze che vengono dalla personalità, dal passato, dal condizionamento da parte di altri, specialmente i genitori, e cercate di non esercitare lo stesso influsso sugli altri.

Un altro metodo radicale (per eliminare il bisogno di approvazione) è IL SENSO COSMICO DELLE PROPORZIONI. Io tengo sempre sottomano un'immagine della galassia di Andromeda. Vi consiglio di procurarvi alcune immagini del cielo stellato, poi considerate che in una galassia ci sono innumerevoli milioni di soli, probabilmente ciascuno con i suoi pianeti, ciascuno con la sua umanità, e ognuna di queste galassie è solo una delle innumerevoli Vie Lattee presenti

nell'Universo. In verità, se guardate queste immagini per cinque minuti, tutto il resto rimpicciolisce fino a diventare insignificante.

Quindi: IL SENSO COSMICO DELLE PROPORZIONI
IL SENSO UMANO DELL'UMORISMO

3 novembre 1968