

DISCERNIMENTO NEL SERVIZIO

(dal "Giornale di Psicosintesi" n. 2 - 1991)

Roberto Assagioli

Questo è un soggetto vasto e multiforme, che non può essere trattato in modo esauriente in un solo scritto. Per questa ragione presenterò qui soltanto un'analisi dei punti essenziali, parlando brevemente di alcuni temi di interesse pratico. Il soggetto può essere distinto in tre aspetti:

1. Discernimento da parte di chi serve
2. Discernimento che riguarda il servizio
3. Discernimento verso chi si serve

Naturalmente queste categorie si sovrappongono e si mescolano nella pratica, ma il considerarle separatamente può darci idee più chiare al riguardo, e quindi aiutarci ad agire con saggezza nel servizio.

Discernimento da parte di chi serve

Qui si tratta soprattutto di motivazione. È quasi superfluo rilevare l'importanza della motivazione in generale, e quindi la necessità di un esame attento e di una costante vigilanza sulle motivazioni che ci spingono a servire. Possiamo spesso scoprire che dietro a motivazioni che sono pure e giuste - e mescolate con esse in varia misura - altre sono erronee e inadeguate perché sono il risultato di qualche annebbiamento emotivo o illusione mentale. I casi più frequenti sono:

- Ambizione. I semi dell'ambizione, quando sono latenti in chi serve, possono trovare nella sua attività un fertile terreno in cui crescere e prosperare. Il servizio può diventare un mezzo per raggiungere una posizione di comando o di autorità, e quindi soddisfare un desiderio di potere e di superiorità, l'impulso all'autoaffermazione personale.
- Sentimentalismo. La scoperta di questa motivazione spesso richiede un discernimento sottile. Dobbiamo discernere fra la vera compassione spirituale e la commozione personale suscitata in noi dal contatto con la sofferenza altrui e il conseguente bisogno di eliminarla per sbarazzarci del nostro disagio.

C'è un metodo sicuro per distinguere fra queste due motivazioni. Quando il servizio è motivato solo dal sentimento, ci affrettiamo ad alleviare il dolore, a dare sollievo alle

personalità sofferenti, senza renderci conto del fatto che stiamo in questo modo affrontando solo gli effetti, e che, forse, non produciamo nessun beneficio reale e duraturo. In realtà possiamo spesso ritardare il progresso di coloro che “aiutiamo”, indulgendo nei loro attaccamenti e impedendo loro di diventare coscienti delle lezioni che il loro Sé sta cercando di impartire loro attraverso la sofferenza.

La vera compassione spirituale, invece, mentre non esclude qualche misura di aiuto e di sollievo immediato quando il dolore è acuto, si occupa anzitutto di accertare e indicare le cause della sofferenza, e aiutare a eliminare. Ciò è fatto con il gettar luce sulla sofferenza e con l'aiuto di un amore intelligente, interpretando le lezioni offerte alla personalità sofferente, e aiutandola a capirle.

Un'altra motivazione errata, basata sul sentimentalismo, è il desiderio di essere amati e apprezzati, di godere la lode e la gratitudine di coloro che così “generosamente” aiutiamo. Fortunatamente, la gente è spesso ingrata e in questo modo aiuta noi a disfarci di questa tendenza. Senza dubbio dovremmo essere loro grati per la loro ingratitudine!

- Evasione. Questa è una forma di autoinganno che appare di frequente nel campo del servizio e si manifesta in maniere sottili, mascherandosi sotto gli aspetti migliori e più nobili. Troppo spesso noi evitiamo consciamente o inconsciamente le nostre responsabilità, vuoi per pigrizia fisica e morale (è di gran lunga più gradevole seguire la linea di minore resistenza!), o per paura, o semplicemente perché il compito che ci troviamo di fronte è spiacevole per la nostra personalità. In questi casi qualche utile attività, qualche tipo di servizio facile e piacevole che siamo abituati a fare può offrirci una scusa plausibile per evadere l'impresa fastidiosa o proibitiva che, essendo il nostro vero dovere, è un'opportunità spirituale più grande e ci preparerebbe per tipi più elevati di servizio.
- Attaccamento. L'attaccamento ci può trarre in inganno in due maniere:
 1. Con l'attaccamento a qualche forma preferita di servizio. Le implicazioni di questo punto sono ovvie e non richiedono alcun commento particolare.
 2. Con l'attaccamento ai frutti del nostro servizio. Nel suo aspetto più crudo ciò consiste nell'aspettarsi qualche tipo di ricompensa per il servizio dato, come riconoscimento, plauso e gratitudine. Ma, come abbiamo già detto, questi favori sono spesso provvidenzialmente negati, e in questo modo si può verificare la purezza della nostra motivazione.

Un tipo più raffinato di attaccamento è il desiderio apparentemente giustificato di sapere che il nostro servizio è stato utile, che ha prodotto i risultati giusti e dovuti per coloro che abbiamo cercato di aiutare. Naturalmente, non c'è nulla di sbagliato nel notare che dai nostri sforzi disinteressati è emerso qualcosa di buono. Questo è certo un fatto molto

incoraggiante. Ma ci sono certi tipi di lavoro a lunga scadenza o di servizio soggettivo i cui frutti non sono visibili o possono solo essere intuiti. In questi casi dobbiamo lavorare con completo distacco, rinunciando alla certezza dei risultati e basandoci solo su una salda fiducia nella legge di causa ed effetto. Possiamo essere sicuri che se gettiamo semi buoni nel suolo giusto, i buoni frutti a tempo debito arriveranno.

Discernimento riguardante il servizio

Ci sono molti tipi di servizio, e in alcuni momenti la scelta fra le varie richieste che ci si presentano non è per nulla facile. Come aiuto per trovare il proprio vero posto nel servizio, si possono formulare le seguenti regole generali:

- A. *“Non persistere in un tipo di servizio inferiore o più limitato se le tue capacità ti rendono abile a servire in modi più elevati, più vasti e più potenti”.*
- B. *“Non desiderare e pretendere di servire in una sfera più alta e più difficile fino a che non hai sviluppato e messo alla prova la tua capacità di prestare il servizio dovuto in maniera intelligente e senza recare danno”.*
- C. *“A parte le tue capacità, dovresti essere pronto a servire in qualsiasi maniera, per quanto umile e sgradevole, possa essere indicata dall'urgenza del bisogno che ti sta di fronte”.*

Le richieste contrastanti richiedono un discernimento assai attento e sottile da parte di chi serve. Egli si imbatte costantemente in problemi di scelta, che possono essere risolti da lui solo. Ogni caso e ogni situazione presentano una combinazione unica di elementi personali e spirituali che rende ogni scelta senza precedenti, e ogni soluzione “originale”. Tuttavia, si possono dare a questo proposito alcune indicazioni e fare alcune considerazioni di applicazione generale.

Anzitutto bisogna distinguere l'essenziale dal non-essenziale. È molto più facile vedere la verità e l'importanza di questo punto che metterlo costantemente in pratica. In questo modo tante cose non-essenziali ci si attaccano tenacemente, come alghe al fondo di una nave, depositate e nutrite dall'abitudine, da nostri attaccamenti consci e inconsci, e dalle richieste pressanti o dall'influsso insidioso e sottile di persone che ci sono vicine. È necessaria una vigilanza continua, accompagnata da una ferma determinazione e da un preciso discernimento.

In secondo luogo, dovremmo essere pronti a delegare il nostro servizio ad altri non appena questi siano pronti e disponibili ad accettarlo. In questo dobbiamo usare il nostro discernimento per verificare se coloro che si offrono sono veramente pronti per il compito.

Un terzo requisito - un'estensione del secondo - è che chi serve con la necessaria capacità (e la maggioranza ha questa capacità in qualche misura) dovrebbe includere nel suo servizio il compito di preparare uomini e donne di buona volontà a diventare servitori efficaci.

Discernimento verso chi si serve

Le conseguenze dannose e a volte anche molto serie della dedizione alla causa del servizio sono di solito da attribuirsi a una mancanza di discernimento riguardo al vero bisogno di coloro che cerchiamo di servire. Io credo che gli errori di questo tipo siano quelli prevalenti e quelli che più possono causare danno, difficoltà o perdite di tempo e di energia. Ne possiamo trattare con i seguenti quattro principi:

1. *“Non affrettarti a dare aiuto a tutti nella forma che tu stesso hai trovato utile”.*

Questo è un errore molto comune. Come l'individuo ben intenzionato che è stato aiutato da una medicina (o meglio, come più spesso succede, dalla sua fiducia in quella medicina) e la raccomanda senza riserve a tutti e per tutti i tipi di malattie, l'individuo entusiasta va in giro e cerca di convincere tutti quelli che incontra a usare il metodo straordinario che lui sta usando, o a seguire il meraviglioso maestro che lo ha aiutato, o a credere alla grande verità che ha appena scoperto, esattamente come la vede lui. Possiamo evitare questo errore applicando accuratamente la seconda regola:

2. *“Prima di aiutare qualcuno studialo attentamente”.*

Migliore è la nostra comprensione dell'altro, e più chiaramente capiamo come ognuno è diverso da tutti gli altri. La psicologia scientifica moderna, con la sua scoperta e descrizione delle varie tipologie, ha fatto un utile lavoro in questa direzione, ma è ancora a uno stadio pionieristico, corretto fin dove arriva, ma ancora incompleto.

3. *“Non dare ciò che ti viene richiesto e che ci si aspetta da te, ma ciò che soddisfa il vero bisogno”.*

Dobbiamo capire e tener sempre presente che l'aiuto di cui la personalità crede di aver bisogno e che richiede a gran forza è spesso assai diverso e a volte opposto a ciò di cui veramente ha bisogno per il suo progresso spirituale. Così chi serve deve attentamente e saggiamente discernere da questo punto di vista, spesso rifiutando ciò che gli viene chiesto, e provando, invece, a indicare quello che è il vero bisogno, e offrendo un aiuto che è appropriato per quel bisogno. Bisogna stare in guardia dal permettere che il sentimentalismo, la debolezza, il desiderio di piacere, o la compassione non illuminata ci inducano a soddisfare le esigenze della personalità invece di seguire ciò che è in accordo con la volontà e il fine del Sé di chi cerchiamo di aiutare.

4. *“Evita l'attaccamento personale da entrambe le parti”.*

Chi cerca di servire senza danneggiare o ferire deve evitare di attaccarsi, non solo a un certo tipo di servizio (come abbiamo menzionato nella prima sezione), ma anche alle personalità di coloro che serve. Egli può ottenere questo risultato distinguendo chiaramente fra l'amore transpersonale vero, e quindi impersonale, e l'amore emotivo e l'attaccamento affettivo. Spesso le tendenze emotive inesprese di chi serve cercano, e trovano, un'espressione e uno scopo nell'aiutare gli altri. Ciò è da considerarsi legittimo, entro certi limiti, nelle forme filantropiche di servizio, ma diventa un ostacolo e un pericolo nel lavoro di tipo transpersonale in senso stretto. Per qualificarsi per questo tipo di lavoro chi serve deve far passare le sue forze emotive e la sua natura emotiva attraverso una drastica purificazione e trasmutazione, così che possano sublimarsi in amore spirituale impersonale, distaccato e irradiante.

Ma anche quando chi serve è libero da questo attaccamento, è facile per coloro che sono aiutati attaccarsi, a volte in maniera appassionata, a chi li aiuta. Questi attaccamenti sono di due tipi, da distinguersi con cura, perché si devono affrontare e prevenire in modi diversi:

- Attaccamento affettivo, a carattere possessivo, esigente, spesso geloso, con una tendenza ad assorbire le energie dell'altro, arrivando a un vero e proprio vampirismo emotivo.

Questo attaccamento è dovuto a una natura emotiva ipertrofica e insoddisfatta. In certi casi le emozioni non espresse o non ricambiate che si accumulano nell'inconscio sono poi proiettate su chi serve attraverso il processo che gli psicologi chiamano "transfert affettivo". Casi tipici sono dati da individui estroversi con temperamento isterico. Si può osservare questa tendenza in vari gradi di manifestazione, da un temperamento iperemotivo, autocentrato e drammatico, fino ai gravi sintomi fisici e psichici di un tipo isterico che costituiscono un disturbo ben definito. In molti casi meno gravi si tratta di persone forti, attive, e, a volte, con grande successo nella loro carriera, in genere nel campo dell'arte oppure degli affari. Alcuni di questi individui possono avere aspirazioni spirituali genuine e tendenze marcatamente mistiche di tipo devozionale.

- Attaccamento dovuto a debolezza, paura, indecisione, e incapacità o riluttanza ad accettare responsabilità.

Queste persone si aggrappano a chi le aiuta e implorano il loro soccorso, spesso mostrando tratti infantili. Vogliono essere rassicurati, diretti, perfino comandati. Casi tipici ed estremi di questo comportamento sono rappresentati da individui affetti da nevrosi o da forme di depressione malinconica. Sono assai introversi, inibiti da complessi, e soffrono di marcati conflitti interni. È bene ricordare che alcune persone mostrano entrambi i tipi di attaccamento in varie proporzioni.

Il primo tipo di attaccamento può essere risolto dirigendo le energie in eccesso verso fini adeguati ed espressioni costruttive, facilitando la loro trasmutazione e sublimazione, e

trasferendoli a livelli più alti. Il secondo tipo, quello che si aggrappa, può essere eliminato aiutando gli individui a crescere emotivamente, a sviluppare fiducia in se stessi, ad allenare la loro volontà, a rivolgersi al loro Sé e a seguirne la guida, a diventare più estroversi nel modo più giusto, instaurando un'interazione attiva e fruttuosa con il mondo esterno e con gli altri - in una parola, a conseguire la propria psicosintesi.

In entrambi i casi ci sono due tipi di aiuto che si sono rivelati particolarmente efficaci:

- Una saggia analisi del caso, seguita da una spiegazione chiara e oggettiva. Ciò richiede in chi lo fa una formazione nel campo psicologico e un alto grado di imparzialità.
- Educazione attiva all'espressione creativa.

Da questa rapida rassegna dei tre tipi di problemi che confrontano chi cerca di servire, emerge chiaramente come sia essenziale usare un discernimento costante, vigile e sempre più sottile, così che il servizio dato non produca danni, ma sia adeguato e fruttuoso.

Riprodotta per gentile concessione di Michal Eastcott, Sundial House.