

CHE COSA PUÒ DARE LA PSICOSINTESI?

(Archivio Assagioli - Firenze)

Ultima lezione del Dr. Assagioli

Prima di cominciare un grazie per le manifestazioni di simpatia che ho avuto durante lo scorso periodo, e sono lieto di poter dire che posso riprendere le mie attività in pieno. Colgo l'occasione di fare, come le ditte commerciali, il bilancio consuntivo e il bilancio preventivo.

Il bilancio consuntivo consiste nell'esaminare con ognuno di voi che cosa vi ha dato la psicosintesi e – in modo più preciso – quale comprensione maggiore degli altri e di voi stessi vi ha dato, quali cambiamenti e sviluppi ha prodotto in voi, sia all'interno, sia nei rapporti con gli altri, e particolarmente quali risultati avete avuto negli esercizi.

Allora i presenti provino a rispondere a questo. Vi dico però che questo di oggi è un bilancio, e non una lezione che possiamo fare insieme; dopo questo faremo quello preventivo, cioè un programma per l'estate, per l'autunno e per il prossimo anno. Allora, una testimonianza molto interessante l'abbiamo già avuta da M.L.C. l'altro giorno. Vuoi riassumerla brevemente per quelli che non c'erano?

M.L.C.: Io ho tentato di scrivere dopo che mi sono decisa su quello che volevo dire, cioè io ho molta paura in genere di tutto, sono molto paurosa, in particolare degli esami, e di solito quando arrivo lì comincio a tremare e non dico nulla. Allora penso ad un esercizio attraverso il quale ottengo fiducia, e scrivevo a lettere abbastanza grandi, in genere in colore vivo: fede, coraggio, eccetera. Questo mi ha aiutato molto anche in un'altra attività: ho fatto cioè per un anno la rappresentante di commercio per una casa editrice, una nota casa editrice, e dovevo andare nelle case. Ora questo lavoro era molto pauroso per me che sono molto timida, facevo questo esercizio e ho notato che quando lo facevo vendevo sempre e guadagnavo circa ottomila lire, e quando non lo facevo non guadagnavo quasi niente, ed era oltretutto, come devo dire, molto redditizio, oltre che rasserenarmi anche dal punto di vista economico.

R.A.: Quindi ottenevi effetti e risultati che prima non ...

M.L.C.: Le persone, quando prima non facevo questo esercizio, richiudevano la porta dicendo: "Ma insomma, che cosa vuole?". Invece quando facevo prima questo esercizio, andavo lì sicura che mi avrebbero aperto e prima di parlare sorridevo, e vedendo questo sorriso mi facevano entrare in casa, è quando ero entrata in casa era bell'e fatto tutto.

R.A.: Vedi, il contegno degli altri in risposta al tuo contegno. Questo non è soltanto una risposta, questo non è soltanto un cambiamento in te, ma un cambiamento nel contegno altrui: questo è molto interessante.

M.L.C.: Veramente, l'ho constatato tutte le volte, io accennavo a caso che mi poteva capitare qualunque persona, e quando avevo fatto quell'esercizio, la prima persona quando suonavo invariabilmente mi faceva entrare e quasi sempre comprava.

R.A.: Dunque il nostro atteggiamento interno esercita una suggestione silenziosa ma potente sugli altri. Noi col nostro atteggiamento interno evochiamo, richiamiamo negli altri un atteggiamento corrispondente. Questo direi è addirittura magico.

C.: Infatti questo nell'ultimo concorso ti ha aiutato.

M.L.C.: Sì, avevo una terribile paura, pensavo: chissà se ce la farò. Di solito ci danno due ore di tempo per gli esami dei libri di testo: io dopo un'ora avevo fatto tutto, allora ho pensato "vincerai, vincerai". E allora il primo professore, quello d'italiano, un professore piuttosto tremendo, è rimasto veramente colpito, e continuava a dire: bene, bene. Insomma è andato tutto bene, meglio non poteva andare, anche perché ero stata malata, il giorno prima degli esami avevo preso anche degli antibiotici e quindi ero debolissima, ero in condizioni menomate rispetto a quelle normali, eppure l'esame è andato brillantemente.

R.A.: Grazie di questa testimonianza, molto incoraggiante per tutti. Ora desidererei sentirne qualche altra.

X.: Io potrei dire che faccio l'esercizio della rosa, quando per esempio ho i nervi, quando bisticcio con la mia sorella, allora facendo l'esercizio della rosa mi calmo interiormente. Mia sorella avverte questa calma e obbligatamente non può più litigare, perché io sono calma in me stessa e trovo più calma anche in lei; e non collateralmente quella calma che dà ai nervi più che mai, ma una calma vera.

R.A.: Benissimo, interessa particolarmente sentire l'effetto degli esercizi. Qualche altro che vuol parlarne?

X.: Posso dire che da quando vengo su e faccio questi esercizi, sono già un paio d'anni circa, e prima parlavo in pubblico per la preparazione del corso [...], mentre qui invece non ero mai riuscita a intervenire. Ora da quando appunto frequento qui sono sbloccata, riesco a parlare anche qui in pubblico dove invece una volta non avrei parlato affatto.

R.A.: Qualche altro? Bisogna sentirne varie di testimonianze. Coraggio, questa è una conversazione amichevole.

C.: Allora posso dire qualcosa io. Devo dire che io sono un temperamento di sognatore, nelle nuvole, tutt'altro che pratico, cioè che mi trovo come un pulcino nella stoppa quando devo fare qualche cosa di concreto. E ora invece sono riuscito, in misura notevole, a diventare dinamico, diciamo a fare parecchie cose, a sbrigare molte faccende pratiche. Ora la testimonianza più attendibile, direi, di questo cambiamento, l'ha data la mia donna di servizio, che mi dice sempre: "Ma come è cambiato il professore, ma come è cambiato!".

R.A.: Ecco una testimonianza non sospetta! [...]