IL SORRISO DI ASSAGIOLI

di Marialuisa Macchia

Il passaggio da personalità a "personalità infusa d'anima", secondo la bella espressione di Assagioli, non è meno significativo, né meno complesso, di quello che ha visto l'evoluzione delle prime forme umane; ora il processo è tutto interiore, celato e quasi occulto, meno eclatante ma altrettanto fondamentale.

È questo passaggio, o forse solo l'intuizione che tale passaggio ci attende, che travaglia molte coscienze; meta confusamente percepita, percorso arduo e lento, salto impossibile da compiere: "è un'ascesa, non è un volo" ammonisce sobriamente Assagioli. E nell'ascesa percepiamo che il nostro carico è pesante, che ne siamo rallentati.

Cerchiamo di liberarcene con azioni più significative e con tecniche più sottili, ma le azioni esterne e le tecniche hanno poco a che fare con una metamorfosi, una maturazione che è tutta interiore. *("Il monaco Seukei, vero seguace della Via / di poche parole, lavora nel silenzio / Da trent' anni, discepolo di Kokusen/, non fa meditazione, non recita preghiere. / Non fa mai prediche agli altri /coltiva l'orto per il bene comune."*) (1)

Ma se l'uso di un metodo psico-spirituale è insufficiente, da solo, a garantire lo spostamento della coscienza, per coadiuvare lo slancio e rendere più proficuo l'impegno un metodo è necessario; ed è questo che Assagioli offre all'uomo d'oggi: offre un metodo. Disorientato e smaliziato insieme, reso ottuso dalle sovrastrutture culturali e impermeabilizzato verso la sofferenza del mondo dalla sua spettacolarizzazione, difeso dietro le barricate delle ideologie e apparentemente auto-sufficiente, l'uomo d'oggi, non meno di quello di ieri e di quello di domani, ha bisogno di un'indicazione, una guida, dei punti di riferimento, una mano tesa; Assagioli è quella mano.

Ma chi è Roberto Assagioli? Di questo scienziato dell'anima non è facile, o è fin troppo facile, tracciare un ritratto: padre della Psicosintesi e fondatore dell'Istituto di Psicosintesi, la sua vita è nella sua opera e, dunque, presto detta; ma è questa opera che, anche ad una prima lettura, scopre un'affascinante

ricchezza di significati e la co-presenza, non dispersa nell'eclettismo né appiattita nell'uniformità, ma armonizzata nella sintesi, di elementi diversi. Figlio del suo mondo e del suo tempo, uomo calato nella realtà scientifica e culturale del presente, ma sensibile al fascino delle dottrine più sottili e attento alle proposte dell'antica saggezza, Assagioli è figura composita ma compatta, attraverso cui si esprime una coscienza evoluta, saldamente agganciata ad un compito esistenziale percepito con la certezza che solo dà l'intuizione.

È questa certezza che ha accompagnato il giovane Assagioli nella scelta degli studi e nella formulazione di un progetto a cui gli anni avrebbero poi conferito profondità e ampiezza di visione, fino a farne un Maestro nel senso più interiore del termine, saggio e compassionevole, discreto e sottile, pronto a guidare, soccorrere, esortare e sostenere, a indicare la via.

Tracciare un profilo biografico di Roberto Assagioli è opera delicata e, forse, infruttuosa; si rischia di scivolare nell'agiografico o nell'aneddotico; ma se vogliamo rafforzare il contatto che la riflessiva, raccolta lettura dei suoi scritti può darci, possiamo concentrare lo sguardo sul viso che le foto degli ultimi anni ci offrono – scarno, quasi trasparente, illuminato dal di dentro, gli occhi sorprendentemente vivi in un mare di rughe.

Vengono alla mente, guardando quel volto emaciato e sorridente, i versi di Cardarelli che esprimono il senso del "gioco esistenziale" ("Ama il tempo lo scherzo che lo seconda…") o la descrizione che Herman Hesse fa del vecchio Siddharta morente: "Questo sorriso dell'unità sopra il mutar delle forme… così sorridono i Perfetti."

Ed è proprio il concetto dell'unità sopra il mutar delle forme che ci offre la chiave interpretativa per una lettura più riflessiva e meno ovvia della forma pensiero psicosintetica. Se, scorrendo a ritroso la sequenza dei sette punti proposti da Assagioli partiamo dall'ultimo, il *Sé*, è proprio da questa unità, individuale e universale insieme, che partiamo; unità che ci appartiene, o, meglio, ci costituisce anche se non percepita e che, al di sopra del mutare dei contenuti della coscienza e delle situazioni esterne, conferisce all'*io personale*, che ne è il riflesso, la stabilità e la centralità che scopriamo con il processo di *disidentificazione e auto-identificazione*. È questa unità che il processo della *sintesi*, che trae forza da un principio universale di vita ma che con Assagioli diviene un metodo cosciente, ricompone e ricrea al di sopra delle forme degli

opposti ("Gli opposti sono opposti tra di loro, ma non sono opposti verso l'unità perché l'unità esisteva prima di essi"). (2)

È il cammino verso l'unità che ci porta a scoprire in noi l'energia del *volere* e a cercare uno schema di riferimento (*Modello ideale*) al cui interno muoverci non più sospinti dalle circostanze ma direzionati da un'idea che, come il seme ha in sé il fiore che ne nascerà, porta in sé il noi stessi che possiamo divenire. Tale modello sarà, in futuro, superato da altri più inclusivi, perché l'unità è un continuo procedere dall'inferiore al superiore, dal più piccolo al più grande, spinti da una insaziabile divina nostalgia.

Ma quando, nelle grandi crisi esistenziali, la percezione dell'unità si perde e l'unità anelata appare un'illusione o un miraggio? È il mutar delle forme che sta in quel momento prendendo il sopravvento, come se una mano invisibile scuotesse un cristallo e, provocando al suo interno una tempesta, ne agitasse in multicolore confusione i pezzettini di carta che contiene. Siamo soliti dire che, dopo la crisi, l'unità si ricompone ad un livello più elevato, e per lo più è effettivamente così; ponendoci al di sopra del mutare delle forme (l'unità biologica, psichica o personale che è andata in pezzi) dobbiamo riscoprire un'unità superiore che, non percepita al livello in cui si è prodotta la crisi e quindi, dal punto di vista della personalità, inesistente, va conquistata con un duro lavoro che ci permetta di collocarci al livello transpersonale; lì l'unità, come un sole dietro le nuvole, non ha mai cessato desistere.

Ma porsi al di sopra del mutar delle forme non significa svalutare, disattendere o esorcizzare quella vita della forma che ha in sé tanta bellezza e tanta sofferenza. Eterna tensione espressiva in cui l'Essere al tempo stesso si manifesta e si limita, la forma osservata da quel superiore livello di realtà è amata e rispettata; la perfezione della forma è appassionatamente perseguita (l'ardore e la dedizione di Michelangelo), le pene della forma sono teneramente curate (l'instancabile compassione di Madre Teresa).

Così, in Assagioli la focalizzazione transpersonale non distoglie dall'attenzione alla persona umana e alla vita manifestata in genere; *retti rapporti*, *fraternità* estesa a tutte le creature ("e dunque anche per gli animali, i nostri fratelli minori, l'amore che tanto sentivano il Buddha e San Francesco") (3); *amicizia* come "libero e reciproco scambio di aiuti, sorreggersi a vicenda nei passi scabrosi della via che conduce alle vette"; *vita ordinata* e *cura* di tutti gli aspetti dell'essere ("Accanto alla disciplina e all'attività mentale coltivare altri aspetti

vitali; sentimento, fantasia, senso estetico, senso religioso") (4); vita spirituale impostata non come rinuncia ma come *sacrum facere*, "nel senso di una consacrazione che implica l'eliminazione graduale di tante cose, abitudini e attività che sono nocive e inutili, o meno importanti, per far posto e dare il tempo a ciò che più vale". (5)

Nell'uomo Assagioli, così come nello scienziato, visione e sensibilità, ispirazione superiore e attenzione al qui ed ora si sposano (raro connubio!) fino a farne un Maestro tanto più amato in quanto irradia ed effonde amore: leggendolo ce lo sentiamo accanto, discriminante ma amorevole; in quel labirinto di forme in travaglio che è la vita sentiamo che ci accompagna indicandoci il sentiero verso l'unità. Lo indica con un sorriso; non solo perché sorridente è il suo stile piano e sottile, il discorso che si sviluppa come in cerchi concentrici, effusivo, inclusivo, circolare, mai ermetico, angoloso o scostante, ma anche perché testimonia di una realtà superiore che viene percepita come rasserenante, consolatrice, unitiva, la realtà, appunto, dell'unità stabile e serena sopra il pathos del mutar delle forme.

Come lo propone e incarna Assagioli, il processo di purificazione che può condurci a tale unità non crea resistenze, non induce scoraggiamento e non suscita timore: come in un sentiero di montagna che con la bellezza del paesaggio faccia accettare e persino amare la fatica dell'ascesa, quel cielo sopra di noi (la dimensione super-cosciente) ci chiama e ci attrae e, quando scopriamo lo sforzo, le incertezze e i pericoli del percorso (la stanchezza del viaggio, la vertigine dell'ascesa e i precipizi costeggiati nel salire) scopriamo anche che è un sentiero gradualmente percorribile, con eroismo, diciamo così, personalizzato, con ritmo e sforzo commensurati alle nostre forze e al nostro ardore. Più che come un fuoco che consuma, l'ardore spirituale viene trasmesso, negli scritti di Assagioli, come una fiamma che riscalda e rincuora, un inesauribile tesoro energetico a cui ritemprarsi nei momenti difficili.

Il senso che le sue parole comunicano è quello di un cammino armonico e ben cadenzato, in cui anche le pause, previste e accettate, ben utilizzate e comprese, hanno una logica, una finalità e un valore, come i silenzi nella musica o gli spazi bianchi in una poesia.

Vengono alla mente i versi di Ungaretti "*Senza niuna impazienza sognerò,/ mi piegherò al lavoro / che non può mai finire…*" e l'ammonimento del Buddha: "*Il saggio rimuova le sue impurità come l'artigiano dell'argento le rimuove dall'argento; una dopo l'altra, a poco a poco, ancora e ancora*". E in quel cammino, promette

Assagioli, se si cerca aiuto, non si è soli. "Questa è una grande e consolante legge della vita dello spirito, che spesso dimentichiamo nei momenti di dubbio e di scoraggiamento e che invece dovremmo sempre ricordare: l'aiuto superiore è sempre pronto; esso non viene mai negato; soltanto in noi sono gli ostacoli che ce lo tengono lontano. Non sappiamo, non vogliamo, chiederlo nel modo giusto." (6) Qui può essere utile osservare che l'aiuto 'superiore' per provenienza e ispirazione, può esprimersi attraverso una forma (l'evento quotidiano, l'osservazione di un amico, il personaggio di un film, l'incontro casuale, la frase di un libro) niente affatto straordinaria; pertanto dobbiamo sviluppare, insieme alla capacità di chiederlo, anche quella di riconoscerlo. È un'arte preziosa, che ci ripagherà dell'attenzione impiegata per apprenderla.

Se cercare aiuto denota movimento interno, chiedere aiuto implica intenzionalità e consapevolezza; implica inoltre la percezione, o almeno la fiducia, che la Vita infinita di cui siamo parte (infinita sia nel senso dello spazio che in quello del tempo) attivi delle relazioni e degli scambi per cui ogni forma di essere può dare aiuto o ricevere aiuto, secondo i momenti e le circostanze, in armonia con un Piano, o meglio, all'interno di un Piano, in cui "di ogni nostro pensiero, sforzo, atto buono viene tenuto conto dalla Grande Legge che regge gli atomi, gli uomini e i mondi." (7)

La reciprocità dell'aiuto, la specularità della benevolenza, la cooperazione fra vari livelli e varie forme di vita, la fluidità delle energie consolatrici e risanatrici, il loro scorrere in un moto circolare in cui l'aiuto, chiunque lo dia, a chiunque venga dato, ritorna al centro per essere ridistribuito è una delle scoperte più preziose del cammino spirituale. In questa ottica, chiedere aiuto non richiede più neppure il superamento dell'orgoglio della personalità; tale superamento è di fatto, almeno in una certa misura, già avvenuto; nel momento in cui ci sentiamo parte del Tutto, non ci identifichiamo più nella personalità, un contenitore le cui pareti sono divenute permeabili, consentendoci di muoverci nel grande mare dell'*essere*; così la particolare forma di orgoglio che contraddistingue la vita della personalità non ha più la presa di prima.

Ma un'altra forma di orgoglio può sussistere e costituire un nemico interno più insidioso e più tenace: proprio il cammino fatto e le conquiste realizzate, e l'indipendenza che abbiamo sviluppato dentro di noi, possono rappresentare una remora, una resistenza, un freno.

Superare questo stadio è un'ulteriore conquista, un passo in più sul cammino verso l'unità al di sopra delle forme: le difese che cadono sono divenute superflue, perché quell'unità ci permea con la sua forza. È uno stato di grazia che deriva da un insight di particolare natura, da una compartecipazione alla vita universale ad un livello superiore ai livelli precedentemente sperimentati. Il suo effetto più significativo è quello di una particolare forma di semplicità che permea le nostre azioni più autentiche e le nostre relazioni più sentite. È la semplicità, per intenderci, della poesia, del gioco esistenziale, del contatto immediato (non-mediato) con la Natura, anzi dell'immedesimazione spirituale con la Natura.

Tale semplicità non è un punto di partenza, ma un punto di arrivo; non è la semplicità del bambino ignaro della vita, ma del saggio che comprende la vita: il "monaco Senkei, vero seguace della Via", che abbiamo citato all'inizio. Gli anni che passano nulla tolgono a tale irradiante semplicità, al contrario la rendono più pregnante e più espressiva. È come se il guscio della personalità, assottigliandosi sempre più, rivelasse al suo interno un soave canto o la delicata allegria di una cascata in lontananza.

Ma tutto questo come si accorda con le inevitabili crisi, con l'esperienza del travaglio, dello scoraggiamento e del dubbio?

"La letizia spirituale non esclude il travaglio, la lotta, lo sforzo...". "Non tutta l'evoluzione spirituale si svolge nella luce. Gli stadi di luce si alternano con gli stadi di oscurità, di tenebra... Ve ne sono vari, che si frappongono fra gli stadi successivi di illuminazione... Bisogna ricordare e riaffermare sempre che si tratta di cicli temporanei. Non dobbiamo fare come certi popoli primitivi che ad ogni eclisse di sole sono presi dall'angoscia che esso sia stato ingoiato da un mostro e perduto per sempre!" (8)

Così, incoraggiante e mite, sorride Assagioli.

RIFERIMENTI:

1) *Poesie di Ryokan, Monaco dello Zen*
2) R. Assagioli, *Per l'armonia della vita*
3) R. Assagioli, *L'amore spirituale*
4) R. Assagioli, *Archivio*
5) R. Assagioli, *Telepatia verticale*
6) R. Assagioli, *Lo sviluppo transpersonale*
7) R. Assagioli, *Appunti di lavoro psicospirituale*
8) R. Assagioli, *Le mete gloriose*

Tratto da "Filo Conduttore – Quaderno di ricerche del Centro di Roma" n° 4 – anno terzo