

INTERVISTA A DIANA BECCHETTI

di June Posey

Diana, ti chiederei di parlarmi della tua esperienza: come sei arrivata al Growth Movement e alla Psicosintesi.

Nel 1967 vivevo in montagna, alla ricerca di una modalità di vita alternativa, quando partecipai al mio primo gruppo ad Esalen, e capii che era lì che dovevo stare. Dissi loro che “ero lì per stare e che volevo un lavoro”. Riuscii a trovare lavoro come giardiniere organico per un anno. Intrapresi un training in Gestalt con Richard Price, che era totalmente esperienziale. Mi insegnarono quello che dovevo fare, più che non ad imparare al riguardo. Studiai inoltre Thai Chi, lavorai un po’ sulla bioenergetica, condussi Gruppi d’incontro, e feci massaggi e lavoro corporeo. Rimasi ad Esalen per tre anni. Mi ci buttai dentro a capofitto, e fu per me un’immersione totale nella crescita.

Poi frequentai per 18 mesi il programma di George Brown di Educazione Confluente a Santa Barbara, e ottenni il mio titolo di Master. Qui feci altra Gestalt, dinamica di gruppo, e tutte le psicologie umanistiche.

Infine arrivai alla Psicosintesi. Trovai che fondamentalmente il movimento della psicologia umanistica e la Gestalt non erano abbastanza ampi e comincia ad esplorare la via spirituale. La Psicosintesi era esattamente quello che faceva per me, e che mi condusse al di là dell’ambito puramente psicologico. L’Istituto Californiano era all’epoca funzionante da 10 anni. Lì feci la formazione di base. Ma non fu quella che mi fece aderire alla Psicosintesi. Mi capitò l’occasione di andare in Italia, così scrissi ad Assagioli e andai a trovarlo. La prima volta che lo incontrai e lo vidi, seppi che la Psicosintesi era il lavoro della mia vita.

Assagioli era un uomo incredibile. Io passai tre mesi in Italia studiando con lui. Non usava tecniche perché era sordo. Bisognava scrivere ogni cosa gli si volesse dire. Non sarebbe stato possibile fare una visualizzazione guidata o una sessione di lavoro di Gestalt. Mi parlò delle sub-personalità e mi fece una completa psicoanalisi psicosintetica. Facemmo un’esplorazione completa del mio inconscio, e questo successe perché scrissi riguardo alle diverse zone dell’inconscio inferiore riguardanti la Paura, il Sesso e la Sofferenza. Lui leggeva quello che scrivevo e ne parlavamo, ma non poteva lavorare realmente ad un livello esperienziale. Quando si è in presenza di un essere così elevato come lui era, avviene qualcosa ad un livello energetico che va oltre quello della mente conscia. In termini tecnici, indubbiamente mi aprì il chakra del cuore. Naturalmente le ripercussioni di quanto avvenne le avvertii a posteriori rispetto al nostro incontro.

Ero con lui quando morì. Prima che io arrivassi, era da un po’ che nessun suo studente si era recato da lui, perché era vecchio e stanco e molto ammalato, e per qualche ragione acconsentì a che io venissi, quando a nessun altro era permesso farlo. Pensavo di trascorrere tre mesi con Assagioli, ma adesso mi rendo conto che lo avrei assistito negli ultimi suoi mesi di

vita. Avevamo un rapporto molto speciale, e si verificava una specie di scambio energetico per il quale accadeva che io lo rivitalizzassi e lo aiutassi a trascorrere quegli ultimi mesi. Anche al momento della sua morte, sentii che lo stavo aiutando a fare quel passaggio, gli facevo da infermiera: non c'erano infermiere in giro. Il vivere con lui la sua morte faceva parte della mia formazione. Era incredibile. Non avevo mai assistito alla morte di qualcuno – mai avuto a che fare con moribondi. Fu l'esperienza più orribile e nello stesso tempo meravigliosa della mia vita.

Nell'agosto 1974, dopo la sua morte, completai la mia formazione e cominciai a lavorare nell'Istituto. Cominciai a venire qui e a lavorare con Roger Evans. Roberto mi chiese di stare in Inghilterra e sento tuttora quell'impegno con lui. In California c'erano circa 15 Guide qualificate. L'Istituto qui fu fondato da Roger Evans e Tony Cork. Beverly Besmer, Joan Wasserman e io arrivammo nei primissimi tempi. Sono diventata socio effettivo dell'Istituto Inglese circa 18 mesi fa. Quest'ultimo si è accordato con l'Istituto della California per lavorare adottando il loro programma di formazione, e si è configurato sempre secondo il modello di quell'Istituto.

Puoi dirmi qualcosa del tuo lavoro attuale; che cosa è specialmente importante per te nel tuo modo di lavorare; e quali sono i tuoi progetti?

Negli ultimi tre anni ho diviso il mio tempo tra Inghilterra e California, trascorrendo la maggior parte dell'anno in Inghilterra. Ho tenuto seminari e praticato privatamente, e ho fatto parte dello staff di formatori degli Istituti sia Inglese che della California. La formazione assorbe la maggior parte del mio lavoro, insieme al lavoro con professionisti. Intendo andare avanti a lavorare come Psicossintetista indipendente. Nei prossimi sei mesi viaggerò in tutta Europa, tenendo gruppi. Qui invece ho la mia pratica privata, e terrò gruppi in Psicossintesi e in Gestalt.

Riguardo al mio lavoro. In Psicossintesi ci definiamo Guide, e non terapeuti, e questo per me è estremamente significativo. Io non credo di poter *fare* terapia alle persone, ma le posso guidare sulla loro strada, a seconda di come loro la vedono e la definiscono, e indirizzarle verso lo sviluppo della loro autonomia, a prescindere cioè dal sostegno esterno dell'ambiente. E questo è *tutto* ciò che posso fare. L'individuo deve trovare la sua strada e lo scopo della sua vita. Io posso essere solo una guida a questo scopo. Lo scopo del mio lavoro è di non essere più necessaria. Uso soprattutto la Psicossintesi, ma anche ogni altro elemento della mia formazione quando possa essere utile – tipo la Gestalt e così via. Quello che mi interessa di più nel mio lavoro con le persone è quello che chiamo l'"infusione del Sé", il metterli in contatto con il loro Sé superiore, e mettere questo in contatto con la loro vita quotidiana, e annullare così il divario tra il Sé superiore e la personalità – una sintesi tra la personalità e lo spirito. Radicare la consapevolezza spirituale nella vita quotidiana – questo per me è molto importante.

Voglio essere presente a un cliente quale anima, e vedere quel cliente come un'anima e non come una persona ridotta ai suoi problemi. Con questo atteggiamento credo che si possa ottenere molto di più in una situazione terapeutica, in quanto sottrae realmente enfasi alla patologia. La Psicossintesi dice "Sì, dobbiamo lavorare su tutto questo, e ci sono parti positive

sulle quali pure dobbiamo lavorare e che dobbiamo sviluppare”. Assagioli la chiamava “visione bi-focale”. Vedere la personalità e i problemi che essa deve affrontare, e vedere quella persona come anima. È la stessa cosa dell’“Io-Tu” di Buber: lo “sguardo incondizionatamente positivo” di Carl Rogers.

Io vedo la Psicossintesi non solo come una terapia o una psicologia, ma come una cosmologia, una filosofia. Valuto ogni aspetto della vita da quel punto di vista, non solo i miei clienti o i miei gruppi. In sostanza, questo comporta l’essere sempre consapevoli del “proposito” – del perché sono qui? Di quello che si suppone io debba fare della mia vita. Per cui non lavoro sui problemi per il gusto di lavorare sui problemi. Penso che questo sia un limite della psicologia umanistica – che ciascuno debba lavorare sui propri problemi, sulla propria insicurezza. Io lavoro sui problemi solo quando questi intralciano il cammino di una persona, quando la bloccano nel suo percorso esistenziale.

Il lavoro sul corpo e la catarsi fanno parte del tuo lavoro di Psicossintesi?

È un processo che vedo in molti gruppi come appagamento emotivo. In realtà si tratta di una semplice scarica di energia. Ritengo che la catarsi sia spesso incoraggiata in modo improprio nel Growth Movement. Penso che sia necessaria, ma solo quando una persona è così fortemente bloccata da richiedere una forte spinta. Le persone hanno una catarsi, e questo apre un buco nella loro psiche. A meno che quel buco non lo si riempia subito con qualcosa di positivo, succede che l’energia negativa lo riempie di nuovo. Fanno catarsi, e per un po’ si sentono meglio. Quando ero ad Esalen l’ho fatta per anni!

In Psicossintesi, fare catarsi vuol dire sostituire i vecchi processi negativi con nuovi processi positivi, così che l’energia negativa non possa riprendere posto. I vecchi schemi possono essere sostituiti dall’affermazione e da una scelta positiva. Oppure, dalla catarsi si possono trarre lezioni positive. Io posso indurre la meditazione e chiedere al cliente di portare ad esempio gioia in quell’area che ha fatto esperienza della catarsi. O trovare qualche modo di dare nutrimento e amore a se stessi. Lavoro molto col corpo, in modo psicossintetico. Posso utilizzare una tecnica bioenergetica o far grande uso dell’immaginazione corporea. Non faccio mai del lavoro unicamente corporeo come tale. Cerco sempre di introdurre un po’ di coscienza e consapevolezza e comprensione di ciò che sta accadendo. Dopo tutti i miei anni ad Esalen, mi trovo perfettamente a mio agio con la scarica fisica. Io stessa ho frequentato quegli spazi densi.

Diana, vuoi dire qualcosa sugli apparentemente necessari conflitti che sorgono fra i gruppi e le istituzioni, e gli individui?

Si definisca la Nuova Era come si vuole, sta di fatto che proprio adesso ci ritroviamo dentro di essa in termini di cambiamenti di coscienza del pianeta, e uno dei principali elementi della Nuova Era è la Coscienza di Gruppo. Nel suo complesso l’umanità, presa collettivamente, è rimasta per secoli a livello infantile in termini di coscienza – l’enfasi principale essendo stata

posta sull'individuazione, secondo la terminologia di Jung. Noi siamo evoluti come individui. Questo è un processo necessario ad ogni individuo, di evolvere come un tutto. Questo è il dono della psicologia umanistica, ed è anche il suo limite. L'individualità non è tutto il quadro. Noi facciamo anche parte di un insieme più ampio. Questo porta alla Psicossintesi, nonché alla Coscienza di Gruppo. In quell'insieme più ampio noi possiamo essere individui, ma vi sono anche l'universalità e l'unità con tutto ciò che evolve e vive.

In parole povere, un'istituzione, una famiglia o qualsiasi tipo di gruppo rappresenta un tentativo verso la sintesi nella coscienza di gruppo, nel prendere un certo numero di individui per farne un insieme più ampio. Ogni membro di un Istituto, ad esempio, è come una subpersonalità di un individuo, in relazione all'Istituto stesso. Fondamentalmente, non ne sappiamo molto su come si lavora in gruppo, o sulla coscienza di gruppo, o su come si diventa un gruppo coerente e armonizzato. L'umanità come un tutto – intendo dire che non abbiamo ancora quella coscienza.

Ciò dà l'illusione che ci sia un conflitto fra gli obiettivi del gruppo e quelli dell'individuo. Io sono convinta che non sia necessariamente così. Gli scontri si producono volendoli risolvere in termini pratici. Penso che essi costituiscano una parte necessaria di ogni crescita o processo evolutivo. Gli esseri umani sembrano crescere attraverso il conflitto e la sofferenza e i problemi, e penso che per il gruppo avvenga la stessa cosa che per l'individuo. Gli ingredienti principali sono la cooperazione, la buona volontà e l'amore. A volte ciò richiede di trascendere se stessi come individui e di pensare "Qual è la cosa migliore per il bene del tutto?", e anche questo è fonte di conflitti, perché le persone hanno idee diverse su che cosa è la cosa migliore per il tutto!

Un gruppo può raggiungere una specie di centro da cui può vedere le subpersonalità in conflitto, e questo lo fa sintonizzandosi sul proposito del gruppo. Quando gli individui si focalizzano sul proposito del gruppo, un bel po' di problemi della personalità perdono energia. Un progetto o un'attività di gruppo tende a soprassedere alle differenze individuali. Ha a che fare con il mantenere fermo il proposito più elevato.

Vorrei che dicessi qualcosa sui modi in cui il Growth Movement in Inghilterra potrebbe cooperare. Ad esempio, con maggiori contatti. E responsabilità verso il pubblico. Che cosa ne pensi della certificazione?

Riguardo alla certificazione, mi sembra che l'Inghilterra sia molto povera di persone formate e qualificate. Mi sembra che in Inghilterra ci siano troppe persone che lavorano senza una preparazione adeguata – vale a dire non siano conduttori di gruppo. Le persone dovrebbero essere molto attente nella scelta di un terapeuta o di un conduttore di gruppo – verificare le sue qualifiche, e non intendo certificati o diplomi. Se una persona ha intrapreso un certo programma, questo vuol dire che quella persona si è coinvolta in *qualcosa*. Sia i partecipanti che il leader devono assumersi certe responsabilità. Il partecipante è responsabile di incontrare il leader, di sentirlo, di utilizzare i propri strumenti intuitivi quando sceglie il gruppo e di fidarsi delle proprie valutazioni. E di non delegare il proprio potere. Non ritengo che una

certificazione formale sarebbe d'aiuto. Una certificazione liberamente strutturata potrebbe aiutare. Uno dei primi requisiti per me è che una persona sia completamente dedita al lavoro su di sé. Questo è il fattore assolutamente essenziale. Non ci sono altri modi per dire: "Questa è una persona qualificata". Chi è in grado di giudicarlo? E se il Growth Movement cominciasse a fare così, diventerebbe del tutto uguale ad altre istituzioni cristallizzate. Si può conseguire una laurea e non sapere nulla. Io presi la mia prima laurea e non sapevo nulla del mio argomento. Era tutta una balla. Non esiste istituzione che possa realmente valutare una persona nella sua intelligenza. La chiave è il giudizio. Il giudizio personale e il giudizio dei Centri di crescita e delle altre istituzioni. Ma il controllo esterno non rappresenta la risposta. Il controllo deve venire dal di dentro. Questo è un tema molto vasto. L'altro aspetto di tutto ciò è che c'è una quantità di persone non qualificate che lavorano in modo eccellente. Non c'è una risposta giusta, ne sono certa.

Penso che *Self and Society* stia rendendo un vero servizio, perché almeno fate in modo che le persone sappiano Chi e Cosa e Dove sta avvenendo.

Riguardo alla cooperazione nel Growth Movement, sono molto interessata a conoscere quello che altri gruppi e individui stanno facendo per una maggior comunicazione. Mi piace l'idea di organizzazioni tra professionisti. Sono curiosa e interessata riguardo a quello che altri stanno facendo. È bene per ciascuno essere informato sugli altri e su quello che stanno facendo, così che non si pensi che la propria via sia l'unica. Penso che ci sia tutta una serie di vie diverse che conducono allo stesso luogo, e non che ci sia un'unica via. È molto importante che tutti se ne rendano conto. Quello che ho visto accadere in passato quando individui e gruppi diversi si sono messi insieme, è stata una grande competitività e una totale chiusura alle vie degli altri. Questa situazione è sfortunatamente molto forte nel Growth Movement. C'è bisogno di più cooperazione e riconoscimento reciproco fra chi opera all'interno del movimento.

Tratto da "Self and Society" – Volume 5 – Number 1 – January 1977