

# Opposti Opposites

Maria Grazia Sassi (\*)

Viviamo in un'epoca in cui ogni giorno si rende evidente sul nostro pianeta tutto e il contrario di tutto: clamorosi, assurdi omicidi ed autosacrifici silenziosi; brutture sfacciatamente sciorinate e sottile lavoro per abbellire la vita in armonia e sintonia; pressappochismo e ciarlataneria dilaganti e perseverante ricerca di metodo e significati. Gli opposti sembrano aver preso il potere ovunque, in un crescendo che rischia di spaccare lo stesso pianeta.

La dinamica degli opposti, che il teatro del mondo ci rappresenta così vistosamente, è però dentro ciascuno di noi. Nel cammino interiore gli opposti vengono dapprima negati, perché l'io non può contenerli e si identifica con uno solo di essi. Questo stato di coscienza - che Assagioli definiva "polarizzazione emotiva" - fa vivere con molta intensità la polarità con cui ci si è identificati, tanto che spesso si scambia questa intensità col potere dell'io. Si tratta, invece, di due realtà, o stati di coscienza, molto diversi, che differiscono, appunto, di potere. Nella prima, non c'è reale possesso delle energie impiegate, né potere di incontro con il polo opposto, che, infatti, o viene negato, oppure, considerato altro da sé, viene combattuto. Appartengono a questa dinamica il razzismo, il partitismo, il maschilismo e il femminismo esasperati e ogni altruismo" da cui il polo opposto viene demonizzato e combattuto, invece che incontrato. Nella seconda di queste realtà interiori, l'io dal centro può contenere l'energia di entrambe le polarità e, come un "cocchiere" - con un'immagine di Assagioli - può guidare il veicolo dove vuole. Questo è lo stato che Assagioli definiva "polarizzazione mentale", lo stato da cui si può finalizzare la propria energia.

Con questa esperienza interna - che è quella della volontà - ci si può proporre in modo costruttivo nel sociale. Prima ciò è impossibile e l'azione sociale un'illusione, perché si sprecano enormi quantità di energie nel tentativo di cambiare le situazioni, ottenendo come unico risultato la periodica oscillazione nel polo opposto. Non si può costruire perché non si conosce, né si possiede, la legge della costruzione: mettere in una sapiente relazione le due polarità. Si lotta, ma c'è sempre un nemico da combattere e questa lotta cieca impedisce che le stesse energie siano impiegate per l'evoluzione.

Le persone sono sempre più sgomentate di fronte a ciò che i giornali raccontano e che la televisione mostra attraverso crude immagini. Questo sgomento ricorda molto da vicino lo stupore dell'io che, a volte con orrore, incomincia a ritrovare in se stesso ciò che aveva

We live in an epoch in which every day on our planet everything and the opposite of everything is made evident: startling, crazy homicides and silent self-sacrifices; brazenly shown vulgarity and delicate work to beautify life in harmony and syntony; carelessness and increasing charlatany and persevering research of methods and significance. Opposites seem to have taken over everywhere, in a crescendo that threatens to split the planet. The dynamics of opposites, which the theatre of the world puts on so visibly, is, though, inside each of us.

In the interior journey opposites are first negated, because the "I" cannot contain them and identifies with only one of them. This state of consciousness - which Assagioli defined as "emotive polarisation" - enlivens, with great intensity, the polarity with which it is identified, so much so that often this intensity is mistaken for the power of the "I". These are, instead, two very different realities, or states of consciousness, which are different from power.

In the first, there is no real possession of the energy used, neither the power to meet the opposite pole, which, in fact, either is negated, or, considered something else, is fought against. Racism, party politics, exasperated male chauvinism and feminism and all the other "isms" belong to this dynamic, from which the opposite pole is considered evil and fought, instead of the contrary.

In the second of these interior realities, the "I" of the centre can contain the energy of both the polarities and, like a "cab driver", - with one of Assagioli's images - can guide the vehicle where it wants. This is the state that Assagioli defined "mental polarisation", the state from which one can finalise one's own energy.

With this internal experience - which is that of the will - one can propose oneself in a constructive way in the social sphere. Before this was impossible and the social action was an illusion, because enormous quantities of energy are wasted in the attempt to change situations, with the only result of a periodic oscillation on the opposite pole. Nothing can be built because nothing is known to put the two polarities into a wise relationship, neither is the law of building possessed. One fights, but there is always an enemy to fight and this blind battle impedes the same energies being used for evolution.

People are always more dismayed in front of that which is printed in the newspapers and that the television shows through brutal images. This dismay is remi-

sempre aborrito e che era certo di non avere. Questo momento, dice Assagioli, è però un momento di grande importanza perché è quello in cui la persona può scegliere fra una vita inautentica, riprodotta dal suo io storico sullo stampo del passato, ed una vita vera, creativa, orientata al futuro, evocata dal suo Sé transpersonale. Un momento di crisi dunque, ma nel significato etimologico di questo vocabolo.

In analogia, il vistoso comparire degli opposti nella vita sociale ci può far pensare, quindi, che il pianeta oggi sia in uno stato simile a quello dell'Io che vive il passaggio dalla polarizzazione emotiva a quella mentale. Sul piano sociale, come su quello interiore, criticare non serve a nulla, spaventarsi, negare, deprimersi, ancora meno. L'unico vero contributo che ognuno chiunque esso sia e qualunque ruolo svolga - può dare alla società è quello di fare di se stesso un "laboratorio" per apprendere i processi di trasformazione delle energie psichiche e, poi, applicarli quotidianamente nelle situazioni in cui è chiamato ad operare. Da questo punto di vista, nulla è tanto insignificante e nessuno tanto anonimo da non poter dare un incisivo contributo alla società attuale per uscire dalla crisi.

Diffondere questo vissuto e questo pensare è già una grande opera "terapeutica" per la nostra società. La crisi, infatti, incentiva se stessa quando ingenera un senso d'impotenza e, poiché si sta diffondendo a macchia d'olio, questo senso d'impotenza è indicativo di una non corretta utilizzazione della crisi. Per il bene della nostra società è, dunque, urgente che ciascun individuo acquisisca la capacità di vivere gli opposti senza disorientarsi, perché solo in tal modo si darà il via ad azioni a monte delle quali c'è la capacità di riconoscere i termini reali delle questioni e di scegliere ed operare evolutivamente, ovunque si sia. In tal modo, inoltre, ogni essere umano riacquisterà la dignità e la responsabilità che gli competono, sperimentando realmente e con intelligenza l'unità fondamentale della vita individuale e collettiva.

E' però impossibile, ed anche inutile, trasmettere tutto questo a parole. E' invece necessario guidare le persone a fare di tutto questo esperienza diretta, perché solo così potranno comprendere cosa sia la sintesi. Attraverso le attività nei Centri di Psicosintesi abbiamo la possibilità di rendere le persone consapevoli della psicodinamica degli opposti e capaci di porsi in sapiente contatto con queste loro energie per utilizzarle costruttivamente. In questo modo non solo aiutiamo il singolo a sentirsi meno sofferente e lacerato, ma anche a sviluppare un grande potere d'intervento nelle varie situazioni: in altre parole, il potere di conoscere, possedere e trasformare gli opposti ovunque. A seconda dei suoi talenti, poi, la persona potrà scegliere come e dove utilizzare questo suo potere: nelle relazioni personali, nell'ambito di una socialità ristretta, o nelle grandi situazioni nazionali ed internazionali, la psicodinamica non cambia.

(\*) Presidente dell'Istituto di Psicosintesi

niscent of the surprise of the "I" that, sometimes with horror, begins to find in itself that which it has always hated and was certain to not have. This moment, says Assagioli, is, though, a moment of great importance because it is that in which the person can choose between an inauthentic life, reproduced by its historic "I" on the basis of the patterns of the past, and a true life, creative, oriented towards the future, evoked by its "transpersonal Self". A moment of crisis though, but with the etymological meaning of this word.

Analogically, the showy appearance of opposites in social life can make one think, therefore, that planet today is in a similar state to that of the "I" that lives the passage from emotive to mental polarisation. At the social level, as on the interior one, criticism does not help, to frighten, to negate, to depress oneself help even less. The only true contribution that each of us - whoever we are and whatever role we play - can give to society is that of making ourselves a "laboratory" to learn the processes of transformation of psychic energies and, then, apply them daily in the situations in which we work. From this point of view, nothing is so insignificant and no one so anonymous to not be able to give an incisive contribution to society to overcome this crisis.

To diffuse this experience and thought is already a great "therapeutic" work for our society. The crisis, in fact, increases on its own when it generates a sense of impotency and, as it is rapidly spreading, this sense of impotency is indicative of an incorrect use of this crisis. For the good of our society it is urgent that each individual acquires the capacity to live opposites without being disorientated, because only in this way actions can be taken before which there is the capacity to recognise the real terms of the problem and to choose and work in an evolved way, wherever one is. In this way, furthermore, each human being will get back the dignity and responsibility that is theirs, really experiencing and with intelligence, the fundamental unity of the individual and collective life.

It is impossible, though, and also useless, to transmit all this with words. It is, instead, necessary to guide people to make all this direct experience, because only in this way can they understand what synthesis is. Through the activities of the Centres for Psychosynthesis do we have the possibility to make people aware of the psychodynamics of opposites and make them capable to place themselves wisely in contact with their energies to use them constructively. In this way not only do we help the single person to suffer less and feel less wounded, but also to develop a great power to intervene in various situations: in other words, the power to understand, possess and transform opposites wherever one is. According to their talents, then, people can choose how and where to use this power: in personal relationships, in the environment of a restricted sociality, or in the great national and international situations, psychodynamics do not change.