

# Formazione e terapia: un falso problema Training and therapy: a false problem

Pier Maria Bonacina (\*)

**R**oberto Assagioli nei suoi scritti di psicoterapia richiama con assiduità all'indagine delle qualità "sane" del soggetto ed alle modalità per attivarle, anche se non gli fu facile, e non lo è tuttora, pur strano che appaia, trovare interlocutori ad indirizzo scientifico disposti a discutere e confrontarsi sui parametri e sul valore della normalità in un trattamento psicoterapico. I lavori scientifici sono desolatamente semplicistici al riguardo; l'argomento è dato per scontato, pur non essendolo affatto.

Una peculiarità del modello psicosintetico rispetto ad altre teorie sta, appunto, nella preliminare e particolare attenzione che rivolge alla valutazione degli aspetti di 'normalità'.

Quando si può affermare che un uomo è 'normale'? La psicosintesi interpreta l'uomo come un fenomeno in evoluzione alla ricerca della propria identità e del significato della propria presenza.

'Fenomeno in evoluzione' implica un concetto dinamico che esprime un movimento messo in atto da due opposte energie della natura bio-psichica umana che si contrappongono.

La prima è una forza progressiva e sintetizzante che induce innovative organizzazioni, integrazioni e unificazioni psichiche, e apporta più alti livelli di sviluppo e finalità. L'altra è regressiva, entropica, e nella migliore delle ipotesi tende a mantenere lo stato raggiunto, cioè l'omeostasi della personalità, congela od involge la psichiche, e rifugge da qualsiasi ricerca dell'innovativo.

La ricerca di sé e del proprio esserci dispiegando le personali potenzialità e rifuggendo dalla regressione o dall'omeostasi, definiscono l'uomo 'normale'. La normalità si struttura, quindi, quando prevale la tendenza progressiva ed organizzante sulle forze regressive o statiche. L'evoluzione è pertanto un disordine che aspira ad un ordine superiore con l'unificare energie dissonanti.

Come si innestano normalità e patologia, o meglio, malattia, salute e guarigione nel processo evolutivo?

Da queste riflessioni si coglie che salute, malattia e guarigione sono strettamente connesse e non si può parlare in termini assoluti, contrapposti o separati di stato di malattia e stato di salute, e, pertanto, di interventi formativi da un lato o psicoterapici dall'altro, qualunque sia l'uomo "sano o malato" preso in considera-

**R**oberto Assagioli in his writings on psychotherapy always recalls the search for "healthy" qualities of the subject and the modalities to activate them, also if it was not easy for him - and it is still not easy today, though it could appear strange - to find scientific interlocutors ready to discuss and compare parameters and the values of normality in a psychotherapeutic treatment. Scientific works are terribly simple with this regard; the subject is taken for granted, even if it is really not so.

A particularity of the psychosynthetic model, with respect to other theories, is, in fact, in the preliminary and particular attention that it gives to the evaluation of the aspects of "normality". When can a person be called "normal"?

Psychosynthesis interprets a person as a phenomenon in evolution searching for his/her own identity and the meaning of his/her own existence.

"Phenomenon in evolution" implies a dynamic concept that expresses a movement actuated by two opposite energies of bio-human nature that are in contrast.

The first is a progressive and synthesising force that induces innovative organisation, integration and psychic unification, and introduces the highest levels of development and finality. The other is regressive, entropic, and in the best hypothesis, tends to maintain the state reached - that is the homeostasis of the personality - freezes or involves the psyche, and avoids any search for the innovative.

The search for oneself and one's own being manifesting the personal potentialities and avoiding regression or homeostasis, defines the "normal" humanbeing. Normality structures itself, therefore, when the progressive and organising tendency prevails over the regressive or static forces. Evolution is, thus, a disorder that aspires to a superior order with the unification of dissonant energies.

How can normality and pathology, or better, illness, health and healing be inserted into an evolutive process?

From these reflections it can be seen that health, illness and healing are closely connected and one cannot speak in absolute opposite or separate terms, of illness and health, and, thus, of training on the one hand or psychotherapy on the other, whoever the "ill or healthy" per-

zione. Si può parlare solo di componenti 'in prevalenza' progressive o regressive. L'uomo è mosso da un 'processo', cioè il processo dell'ammalarsi ed il processo del guarire, in cui salute e malattia sono entrambe presenti, pur se in quantità e qualità variabile.

I due processi sono, in ultima analisi, parti integranti di un più vasto processo evolutivo quello della vita che li include, ed in cui l'ammalarsi significa interrompere il cammino, deviare dalla direzione o regredire e, viceversa, guarire vuol dire riprendere o proseguire nell'evoluzione. Queste forze bio-psichiche pur con diversa intensità sono presenti in qualsiasi soggetto, incluso il più dotto o amorevolmente saggio.

La patologia prevale quanto più l'uomo vive nel livello regressivo, chiude gli occhi per non scorgere la sua intima conflittualità e chiude le orecchie per non udire la voce silenziosa del Sé. Guarigione e salute prevalgono se rispetta le esigenze del suo Sé.

Il disturbo psichico nella visione psicosintetica è una componente della normalità sino a quando l'uomo non si identifica stabilmente nel Sé; il soggetto è tanto più patologico quanto meno intravede questa entità. Il detto evangelico: "Chi è senza peccato scagli la prima pietra!" può senza tema di smentita trasformarsi nell'assunto: "Chi è senza patologia e nevrosi, scagli il primo sasso!"

La psicosintesi anche nelle gravi patologie psichiatriche riconosce il divenire dell'uomo. Riconosce che ognuno ha, necessariamente, la sua visione per quanto sovente rudimentale ed incerta del perché ogni mattina si alza ed affronta la giornata, e la tiene presente nel trattamento. Come d'altra parte riconosce che ogni persona normale nasconde in sé aspetti immaturi e regressivi, cioè patologici.

Data la costante compenetrazione delle due opposte energie, la psicoterapia, cioè il trattamento della patologia, e la formazione, trattamento, della normalità, quali metodiche psicologiche a se stanti non esistono. Nella psicosintesi formazione e terapia si compenetrano in una prassi che associa interventi sia per l'indagine e la risoluzione di conflitti psichici, sia per il dominio e l'utilizzo delle energie liberate, che per il dispiegamento delle potenzialità in una coerente, organica ed evolutiva struttura della personalità.

Se, come detto, nell'uomo agiscono forze regressive e progressive è, quindi, necessario attivare negli approcci psicologici interventi psicoterapici e formativi, poiché ogni processo evolutivo si accelera sia sciogliendo i nodi e le resistenze, sia sviluppando le qualità; formazione e psicoterapia non possono, pertanto, che coesistere in ogni piano psicosintetico qualunque sia la persona a cui è rivolto.

Evolvere vuol dire conquistare per abbandonare, identificarsi per disidentificarsi, e la malattia o la soffer-

son is that is taken into consideration. One can only talk of components "prevalently" progressive or regressive. Humankind is moved by a "process", that is the process of becoming ill and the process of healing, in which health and illness are both present, though in variable amounts and quality.

The two processes are, in the end, integral parts of a greater evolutive process, that of life: which includes them, and in which to become ill means to interrupt the process, deviate from the direction or regress and, vice versa, healing means to take up again or continue evolution. These bio-psychic forces even with different intensities, are present in everyone, including the most gifted or wise.

Pathology prevails when the person lives at the regressive level, with eyes closed so as to not see the intimate conflict and with ears blocked so as to not hear the silent voice of the Self.

Healing and health prevail when the person respects the needs of his/her Self.

Psychic disturbance, in the psychosynthetic vision, is a component of normality until the person is not stably identified in the Self; the subject is more pathological when he/she sees this entity less. The evangelical saying: "Who is without sin cast the first stone" can, without fear of being denied, be transformed into: "Who is without pathologies and neurosis, cast the first stone!"

Psychosynthesis, even in the most severe psychiatric pathologies, acknowledges humankind's transformation, acknowledge that everyone has, necessarily, his/her own vision however clearly rudimentary and uncertain it be, of why every morning he/she gets up and faces the day, and takes it into consideration in psychic treatment. And it also acknowledges that everyone who is normal hides immature and regressive aspects, that is pathologies.

Given the constant co-penetration of the two opposite energies; psychotherapy, that is, the treatment of the pathology, and training, that is the treatment of normality, which in themselves do not exist as psychological methodologies. In psychosynthesis training and therapy co-penetrate in a praxis that associates interventions both for investigation and resolution of psychic conflicts, both for domination and use of liberated energies and for the unfolding of potentialities in a coherent, organic and evolved structure of personality.

If, as has been said, regressive and progressive forces act, in human beings, it is therefore necessary to activate in the psychological approaches psychotherapeutic and training interventions, since each evolutive process is accelerated both dissolving knots and resistance and developing qualities; training and psychotherapy cannot, therefore, but coexist in each psychosynthetic plane whoever the person is that it is aimed at.

renza sono la conseguenza inevitabile di questo processo in cui inevitabilmente emergono resistenze ad abbandonare ciò che non è più funzionale e difficoltà ad assumere nuovi e progressivi modelli per interpretare la vita. La malattia in questa visione è una alleata dell'uomo, anche se non auspicabile, e per certi aspetti una forma di salute che sottolinea gli inevitabili ingorghi che, suo tramite, si esteriorizzano per richiamare l'individuo sulla necessità di riprendere il percorso interrotto.

La psicosintesi tiene conto dei vissuti, della struttura di personalità, della maturazione della coscienza e del grado di consapevolezza e delle sofferenze. Da ciò consegue che l'intervento terapeutico e formativo possono e devono attuarsi a diversi livelli o con diverse modalità.

La formazione e la psicoterapia psicosintetica si rivolgono all'insieme uomo, quindi ad un essere sia malato che sano, con un intervento che affronta la realtà del sistema energetico bio-psico-spirituale di quel determinato ed 'unico' soggetto con un intervento che si rifà sostanzialmente al livello evolutivo ed alla consapevolezza da lui raggiunte.

1. Qualora l'uomo non abbia per lo scarso livello evolutivo consapevolezza del suo significato esistenziale, nell'evenienza l'operatore psicosintetico si sostituisce a lui, se ne fa carico, e lo 'guarisce' aiutandolo a fargli intravedere il senso del suo agire
2. Alla presenza di una maggior consapevolezza evolutiva l'operatore instaura un'attiva cooperazione, un'alleanza psicagogica, che promuove in lui la visione del suo stato psichico, dei suoi ostacoli e delle sue prossime mete. Con l'alleanza psicosintetica si offrono gli strumenti formativi e psicoterapici per agire su di sé e per iniziare a responsabilizzarsi in prima persona di fronte ai propri eventi interni ed esterni. L'intervento induce il soggetto a dirigere consapevolmente la propria evoluzione, a collaborarvi, ad immettersi nel cammino dell'autocoscienza, a responsabilizzarsi ed accettare di non essere completamente libero pur anelando alla libertà, di essere corruttibile e violabile nel fisico, nell'emotivo e nel mentale, pur aspirando all'incorruttibilità ed all'immortalità.
3. Qualora sia possibile attivare in lui l'evocazione del Sé con l'afflusso dell'energia transpersonale, è questa la sintesi più elevata tra formazione e psicoterapia ed il culmine del processo psicosintetico. Ciò presuppone un elevato livello evolutivo sia del soggetto che dell'operatore ed una coscienza che operi in termini energetici. □

(\*) Socio del Centro di Psicosintesi di Varese

To evolve means to conquer in order to abandon, to self-identify in order to disidentify, and illness or suffering are the inevitable consequences of this process in which inevitably emerge resistances in order to abandon that which is no longer functional and difficulties to assume new and progressive models to interpret life. Illness in this vision is humankind's ally, even if not auspicious, and for certain aspects a type of health that stresses the inevitable obstructions that, through it, are exteriorised to recall the individual to the necessity to take up again the interrupted pathway.

Psychosynthesis takes into account experiences, the structure of the personality, the maturation of consciousness and the degree of awareness and sufferances. From this follows that the therapeutic and training intervention can and must take place at different levels or with different modalities.

Training and psychosynthetic psychotherapy are aimed at the whole person, thus towards a being both ill and healthy, with an intervention that faces the reality of the energetic bio-psychic-spiritual system of that given and "unique" subject with an intervention that takes place essentially at the evolutive level and at the awareness that has been reached.

1. When the person does not have awareness of his/her essential meaning due to a poor evolutive level, in this event the psychosynthesist substitutes him/her, assumes their responsibilities and "heals" helping them to see the sense of their action.
2. In the presence of a greater evolutive awareness the psychosynthesist initiates an active co-operation, a psychagogic alliance, which promotes the vision of his/her psychic state, of obstacles and of future goals. With psychosynthetic allegiance we have the training and psychotherapeutic instruments to act on oneself and to begin to become more responsible in front of internal and external events of others. The intervention induces the subject to digest, with awareness, their own evolution, to collaborate with it, and to begin the process of self-awareness, to become responsible and to accept to be not completely free even if they long for it, to be corruptible and physically, emotively and mentally violable, even if they aspire to incorruptibility and immortality.
3. Whenever it is possible to activate in the subject the evocation of the Self with the flux of transpersonal energy, this is the most elevated synthesis between training and psychotherapy and the culmination of the psychosynthetic process. This presupposes a high evolutive level both of the subject and the trainer and a consciousness that operates in energetic terms. □