

Vita Magistra Vitae Life Master Life

Maria Luisa Macchia (*)

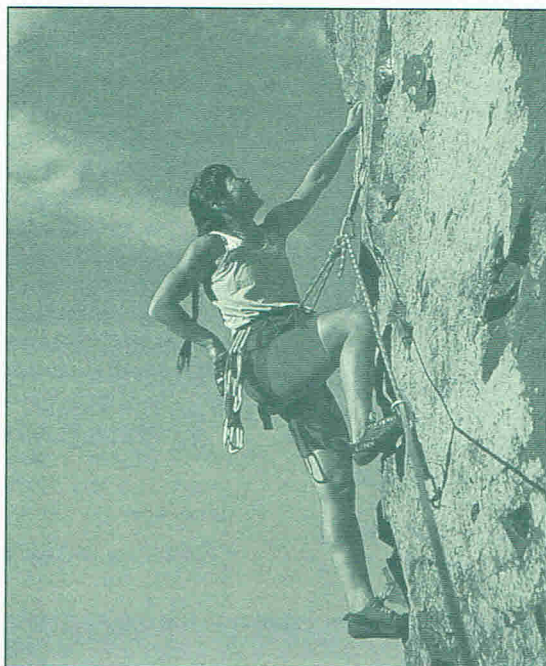
“**C**onsiderare ogni situazione, ogni evento, ogni persona, ogni proprio stato corporeo o morale, come una ‘prova’: una lezione ed un esame. Lo sono tutti” (Appunti di lavoro psico-spirituale)

Da questa suggestiva affermazione di Assagioli scaturisce e prende forma la prassi psicosintetica, prassi ispirata ma di buon senso pratico, con i piedi per terra ma lo sguardo levato verso l’alto. Da questa affermazione si evince l’importanza, anzi la necessità, di sviluppare e fare buon uso di qualità quali la vigilanza, la capacità interpretativa dei “segni” e l’abilità gestionale nel quotidiano.

Perché la vita è fatta di un susseguirsi di momenti, ognuno dei quali va affrontato quando si presenta, ma il cui significato viene dalla totalità dei momenti stessi, dal contesto prospettico in cui sono inseriti. Inseriti sia nel senso di farne parte attualmente che in quello, più ampio, dell’angolazione da cui li guardiamo, della visione che ne abbiamo. Senso e sovra-senso.

Essere sprovvisti di visione è un handicap altrettanto grave di quello, più concreto, di essere sprovvisti di vista fisica. Quale raggio laser ci libererà dalle nostre cataratte esistenziali? Quale mago della micro-chirurgia sostituirà il nostro cristallino invecchiato con uno nuovo, che restituirà limpidezza alla nostra visione offuscata?

Le abitudini e, in genere, tutti gli attaccamenti passivi, tra cui Assagioli annovera “l’inerzia, la pigrizia fisica e morale, la pesantezza che inchioda in basso” (Lo sviluppo transpersonale, pag. 151) velano e opacizzano, non meno degli attaccamenti attivi, la visione interiore. Se è utile allenarsi a costruire un ritmo e un rituale, è altrettanto dannoso lasciare che il rituale degradi ad abitudine. Alleniamoci ad osservare criticamente le nostre abitudini e, come per gioco, a mandarne periodicamente



“**C**onsider every situation, every event, every person, each of your own psyche or body states, as a ‘test’: a lesson and an exam. Each of them is this” (Psycho-spiritual work notes)

From this suggestive affirmation by Assagioli springs the psychosynthetic praxis, an inspired but also practical praxis, with its feet firmly on the ground but gazing upwards. From this affirmation we can see the importance, rather, the necessity to develop and use well qualities such as vigilance, the interpretative capacity of “signs” and the capacity to manage in our daily life. Because life is a continuous stream of mo-

ments, each of which must be faced as it appears, but whose significance comes from the totality of these same moments, from the prospective context in which they are found. Found, both in the sense of being a current part and in that wider sense of the angle with which we look at them, of the vision that we have of them. Sense and greater-sense.

Being without vision is a handicap as severe as that, in a more concrete sense, of being blind. What laser can free us from our existential cataract? What magician of micro-surgery will replace our aged crystalline lens with a new one, which will restore clarity to our blurred vision?

Habits are, generally, all those passive affections, among which Assagioli numbers “inertia, physical and moral laziness, the heaviness that nails you down” (Transpersonal Development, pag. 151) hide and obscure, not less than the active attachments, the interior vision. If it is useful to train oneself to build a rhythm and a ritual, it is also harmful to allow the ritual to become a habit. We should train ourselves to critically observe our habits and, like in a game, periodically to

L'ALLENAMENTO IN PSICOSINTESI TRAINING IN PSYCHOSYNTHESIS

per aria il castello di carta per sprigionare energie da investire in creatività. Cambiamo la nostra vita, prima che la nostra vita cambi noi.

Ci sono d'altra parte - il problema non va minimizzato - scelte sbagliate e violenze esterne che condizionano pesantemente le nostre azioni. Negarlo o scrollare le spalle come se il fatto non costituisse reato non serve a niente. A niente serve fare lo struzzo per non vedere la gravità della situazione e ignorarne le implicazioni e le conseguenze.

Ma (Assagioli sia sempre benedetto!) "tutto quello che è stato mal fatto, può essere disfatto e rifatto". (Il modello ideale)

Prima di allenarsi a rifare, allenarsi a disfare. Spesso è la vita stessa che, come suol dirsi, "fa e disfa". È la vita altrettanto prodiga nell'offrirci occasioni per rifare?

Probabilmente no, tali occasioni non crescono agli angoli delle strade. Sta a noi coglierle come potenzialità, percepirle come forme-pensiero, come energie da incarnare. La poetessa Lalla Romano, recentemente scomparsa, ha parlato, citando Emily Dickinson, di apprendere a "vivere nella possibilità". Sta a noi, sta a noi, sta a noi. Allenarsi, allenarsi, allenarsi.

Nel grande romanzo russo "Anna Karenina" Tolstoy, autore menzionato e citato da Assagioli per le sue drammatiche crisi esistenziali, attraverso il personaggio Levin così mette a fuoco una problematica che evidenzia la difficoltà di allenarsi a "vivere nella possibilità", anche quando tale esigenza sia fortemente sentita.

"... la stufa che da tempo aveva bisogno di riparazione, il divano di suo padre, il grande tavolo su cui era aperto un libro, un posacenere rotto, un quaderno coperto della grafia paterna. Tutte queste tracce della sua vecchia vita sembravano afferrarlo e dire: "No, tu non te ne andrai da noi; tu non diventerai diverso. Sarai lo stesso che sei sempre stato - coi tuoi dubbi, la tua perenne insoddisfazione di te stesso e i tuoi vani tentativi di correggerti, i tuoi fallimenti e la tua eterna aspettativa di una felicità che non avrai e che non è possibile per te. Questo era ciò che le cose dicevano, ma un'altra voce, una voce interiore, gli diceva di non sottomettersi al passato, gli diceva che un uomo può fare di sé ciò che vuole".

Allenarsi ad ascoltare le voci e a scegliere quella da seguire? Nell'autoformazione psicosintetica, l'io è questa capacità di ascolto ma anche di distogliere risolutamente l'orecchio dalle suggestioni che non ritiene utili ai fini esistenziali. L'io è il decodificatore, il deus ex machina, lo stratega che, avendo colto l'imperativo esistenziale della voce interiore, si piega (alla suddetta voce) ma non si spezza nel cozzo con le delusioni e con la tentazione di "lasciar perdere".

Ma per divenire tutto questo, l'io deve allenarsi a divenirlo. Neanche l'io "nasce imparato", pertanto deve sottoporsi ad un apprendimento. Per scoprire un gior-

knock down the house of cards we have made to free energies to be then invested in creativity. Changing our life, before our life changes us.

There are, on the other hand - the problem must not be under estimated - wrong choices and external violence that heavily condition our actions. To deny it or shrug our shoulders as if the fact was not a problem is not helpful. It is useless to be an ostrich so as not to see the seriousness of the situation and ignore its implications and consequences.

But (Assagioli be always praised!) "all that has been badly done, can be undone or redone". (The ideal model)

Before training ourselves to redo, we must train ourselves to undo. Often it is life itself that, as they say, "does and undoes". Is life also so prodigious to offer us the occasion to redo?

Probably not, these occasions do not grow on trees. It is up to us to accept them as potentialities, perceive them as thought-forms, as energies to embody. The poetess Lalla Romano, who recently passed away, citing Emily Dickinson, spoke about learning to "live in possibility". It is up to us, up to us, up to us. To train, train, train.

In his great Russian novel "Anna Karenina" Tolstoy, mentioned and cited by Assagioli for his dramatic existential crises, through the character of Levin focuses on a problem that shows the difficulty of training to "live in possibility", also when this need is really felt.

"... the stove with its ventilator, which had long wanted mending, his father's sofa, a large table, on the table an open book, a broken ash tray, a manuscript book with his handwriting. As he saw all this, there came over him for an instant a doubt of the possibility of arranging the new life, of which he had been dreaming on the road. All these traces of his life seemed to clutch him, and to say to him: 'No, you're not going to get away from us, and you're not going to be different, but you're going to be the same as you've always been; with doubts, everlasting dissatisfaction with yourself, vain efforts to amend, and falls, and everlasting expectation, of a happiness which you won't get, and which isn't possible for you.'"

This the thing said to him, but another voice in his heart was telling him that he must not fall under the sway of the past, and that one can do anything with oneself..."

Training to listen to the traces and choosing the one to follow. In psychosynthetic self-training, the I is this capacity to listen but also to shut out from your ears the suggestions that are not to be believed useful for existential ends. The I is the decoder, the deus ex machina, the strategist that, having accepted the existential imperative of the interior voice, bends (to the above mentioned

no, con umiltà e meraviglia, che la sua forza gli viene dal fatto di essere il riflesso del Sé.

Si sente spesso dire che la personalità deve allenarsi a sopportare le frustrazioni, opinione assolutamente difendibile considerando l'abbondante porzione che delle suddette frustrazioni, il menu quotidiano ci impone. Sopportare nel senso che l'etimologia suggerisce, naturalmente: assumere, prendere su di sé il peso di una delusione o un'amarezza, non scuoterlo via dalle spalle come se non fosse nostro. Perché se lo è, sviluppare la capacità di portarlo a testa alta e con nobile incedere potenzierà la nostra regalità interiore. Ma se non lo fosse? Se appartiene ad una sub-personalità, o al passato piuttosto che al presente, o ci è stato messo sulle spalle da altri, con valutazioni esterne al nostro sistema di valori, ripudiarlo è azione non solo legittima, ma sacrosanta. Allenare la discriminazione...

Sarebbe auspicabile, in quella che tradizionalmente è chiamata la palestra della vita, allenarsi gradualmente a manovrare, come veri attrezzi ginnici, pesi di crescente entità. Auspicabile non trovarci a sopportare, senza le forze necessarie, situazioni esistenziali al limite del sopportabile. Ma non è sempre così. Le interazioni con l'esterno e il karma accumulato possono sottoporci, quando meno ce lo aspettiamo, a pesi di oppressiva e schiacciante gravità. In questo caso, l'allenamento consisterà in un corso accelerato e se lo affronteremo con buona volontà si potrà dire che non tutto il male viene per nuocere. Una certa parte di karma verrà così bruciata, in una operazione di alleggerimento a medio o a lungo termine. Ma la sopportazione non sia aspra, dura, a denti stretti. Dobbiamo bruciare il karma, non far perire sul rogo la nostra capacità di "vivere nella possibilità". Allenare la speranza...

Molti anni fa ho letto una poesia, di cui non ricordo più né il titolo né l'autore; me ne è rimasto impresso, però, il concetto di fondo, che spesso mi ritorna alla memoria, come un mantram, nel verso che chiudeva ogni strofa: "Ma è la mia piccola speranza che ogni mattina mi dice buongiorno". La speranza è una qualità poco reclamizzata, a cui, anzi, la tradizione popolare non fa buona stampa. "Chi di speranza vive, disperato muore". D'altra parte, ne viene riconosciuto il ruolo salvifico nel noto detto latino "Spes ultima dea". Una salvezza da esplicitarsi in extremis, quando tutto il resto ha fallito, la zattera per il naufrago esistenziale. Da dove dunque sorge e come opera la speranza?

Non è una qualità della personalità; anche quando si manifesta nella coscienza ordinaria viene da o attraverso il supercosciente. "Attraverso" nel senso che l'area superiore della psiche individuale ne è penetrata e fa da tramite. Possiamo infatti immaginare che, come la Bellezza, l'Amore, la Gioia ed altri raggi spirituali, la Speranza esista al di fuori e al di sopra dell'ovoido; che, in una dimensione di vibrazioni dinamiche e sottili, in un

voice) but does not break in the clash with delusions and the temptation to "let it go".

But to become this, the I must train to become it. Not even the I is "born knowledgeable", thus it must undertake to learn. To then discover one day, with humility and awe, that its strength comes from the fact that it is the reflection of the Self.

We often here that the personality must train to bear frustrations, an opinion completely defensible considering the great portion that of the above mentioned frustrations our daily life imposes on us. To bear, in the sense that etymology suggests, naturally: to assume, to take on the weight of a delusion or a bitter event, do not shake it off your shoulders as if it were not yours. Because, if it is yours, developing the capacity to carry it with your head held high and with a noble advancement increase our interior regality. But if it is not? If it belongs to a sub-personality, or to the past rather than to the present, or it has been put on your shoulders by others, with evaluations that are external to your own value system, repudiating it is not only legitimate but necessary. Train to discriminate...

It would be desirable, in that which is traditionally called the gymnasium of life, to gradually train to use, as true gym equipment, weights that slowly get heavier. It is also desirable to not find oneself, without the necessary strength, in existential situations which are just bearable. But this is not always so. Accumulated interactions with the outside and karma can place us, when we least expect it, under weights of oppressive and crushing severity. In this case, the training will consist of an accelerated course and if we face it willingly we can say that every cloud has a silver lining. A certain part of karma will thus be burned up, in an operation of reduction over the medium or long term. But the endurance must not be harsh, hard, teeth clenching. We must burn karma, not allow our capacity to "live in possibility" perish at the stake. Train to hope...

Many years ago I read a poem, I remember neither the title nor the author; but I remember the fundamental concept, that often comes to mind, as a mantra, in the line that closed every verse: "But it is my little hope that every morning says to me 'good day'". Hope is a quality that is little publicised, or better popular tradition speaks badly. "Who lives by hope, dies in desperation". On the other hand, the role of spiritual salvation is recognised in the Latin phrase "Spes ultima dea". Salvation in extremis, when everything else has failed, a raft for the existential castaway. Thus where does hope come from and how does it work?

It is not a quality of the personality; even when it manifests itself in normal consciousness it comes from or through the superconscious. "Through" in the sense that the superior area of the individual psyche is pene-

L'ALLENAMENTO IN PSICOSINTESI TRAINING IN PSYCHOSYNTHESIS

vortice di energia rarefatta ma intensa, esista come Entità vera e propria, anche se non inquadrabile in una logica antropomorfa.

Una vita senza speranza, fosse pure corretta, ben organizzata, impeccabile, è non solo triste, ma orribilmente tediosa. Il *tedium vitae*, a sua volta, soffoca la creatività, in un circolo vizioso che lentamente uccide ogni fervore e ogni slancio. Dante, interrogato, nel Paradiso, sulle virtù teologali, definisce la fede "sostanza di cose sperate". La speranza è dunque il prerequisito della fede. Se non speriamo in niente, in cosa potremo aver fede? Ma allenare la speranza richiede un grosso sforzo iniziale. Dobbiamo rompere il ghiaccio dello scoraggiamento e dell'inerzia che, proprio come uno strato di ghiaccio, ricoprono e soffocano desideri, slanci, moti costruttivi e creativi. Dobbiamo superare la noia e l'abitudine alla passività e a una certa supina rassegnazione. Dobbiamo allenarci allo sforzo, respingere, contro ogni fisiologica inclinazione, la linea di minor resistenza.

Questo vale comunque per l'allenamento in genere. Superare il limite è il segreto ed il nocciolo di ogni allenamento.

La psicosintesi offre un vasto numero di esercizi e tecniche che, per dare il meglio di sé, richiedono allenamento regolare e costante. Ma tutto l'atteggiamento verso la vita è tecnico in psicosintesi: "Abbiamo il laboratorio con noi ventiquattrore al giorno" (Principi e Metodi, pag.) e "Scopo principale della vita è quello di promuovere lo sviluppo della coscienza per mezzo di una serie di esperienze, di lezioni, di allenamenti e di prove". (Lettera Agli amici)

Questo, insieme all'enfasi posta sulla volontà, espone la prassi psicosintetica a due rischi: 1) si presta ad apparire, e a divenire di fatto, se non si vigila perché ciò non avvenga, eccessivamente rigorosa e quasi fanatica; 2) si presta anche, rischio ancora più grave, a sfociare nell'autoinganno, prendendo lucciole per lanterne, scambiando l'impegno con il risultato, l'allenamento con il suo fine. "Mi sono disidentificato", "Ho accettato", "Ho sublimato", "Ho sviluppato una divina indifferenza verso la vita della personalità" e affermazioni simili si odono spesso dalle labbra di neofiti entusiasti e frettolosi, ma anche, anzi ancor più, di vecchi lupi di mare psicosintetici. C'è la tentazione di credere che, poiché la psiche è plastica e l'allenamento può plasmarla secondo obiettivi prescelti, difettualità ed eccessi, situazioni negative, scelte sbagliate e altri errori non ci condizionano più. Una indomita volontà, un rigoroso allenamento, "et voilà", la vita diviene un fatto facilmente gestibile, un gioco da giocare a tavolino. Così, ci si può illudere che la sofferenza, ad esempio, sia stata superata, quando è solo esorcizzata.

Se ascoltate le relazioni in un congresso di psicosintesi avete l'impressione di trovarvi davanti a un grup-

trated and acts as a bridge. We can, in fact, imagine that, as Beauty, Love, Joy and other spiritual rays, Hope exists outside and above the egg diagram; that, in a dimension of dynamic and subtle vibrations, in a vortex of rarefied energies, it exists as a real and true Entity, even if it is not possible to place it in an anthropomorphic logic.

A life without hope, be it correct, well organised, impeccable, is not only sad, but horribly tedious. The *tedium vitae*, in turn, suffocates creativity, in a vicious circle that slowly kills every fervour and every dash. Dante, interrogated, in Paradise, on theological virtue, defines faith as "substance of hoped things". Hope is thus the prerequisite of faith. If we hope in nothing, in what can we have faith? But to train hope needs a great initial effort. We must break the ice of discouragement and inertia that, just as a layer of ice, covers and suffocates desires, dash, constructive and creative impulses. We must overcome boredom and the habit of passiveness and a certain supine resignation. We must train for effort, pushing back against every physiological inclination, the line of least resistance.

This, however, is true for training in general. Overcoming the limit is the secret and the core of every form of training.

Psychosynthesis offers a vast number of exercises and techniques that, to give the best of themselves, need regular and constant training. But all attitudes towards life are technical in Psychosynthesis: "We have our laboratory with us twenty-four hours a day" (Principles and Methods, pag.) and "The principle aim of life is that of promoting the development of the consciousness by means of a series of experiences, lessons, training and tests". (Letters to friends)

This, together with the emphasis on the will, exposes the psychosynthetic praxis to two risks: 1) it can appear, and become, if we are not vigilant to prevent it, excessively rigorous and almost fanatical; 2) it can become self-deceiving, a risk that is more severe, mistaking glow worms for lanterns, commitment for result, training for its goal. "I have become disidentified", "I have accepted", "I have sublimed", "I have developed a divine indifference towards the life of the personality" and similar affirmations can often be heard from enthusiastic and hasty novices, but also, rather more so, of old psychosynthetic sea-dogs. There is the temptation to believe that, as the psyche is plastic and training can mould it according to pre-chosen objectives, defects and excesses, negative situations, bad choices and other errors no longer condition us. An untamed will, a rigorous training, "et voilà", life becomes easy to manage, a game. Thus, we can deceive ourselves that suffering, for example, has been overcome, when it has only been exorcised.

po di persone che, agitando la bacchetta della volontà come se fosse una bacchetta magica, ha raggiunto una dimensione a-problematica. Quelle stesse persone, se esercitano come professione la psicoterapia, ritrovano i problemi nei pazienti, come se fossero i soli ad esserne afflitti. Generalmente parlando, per chi pratica la psicosintesi, c'è comunque il rischio che l'entusiasmo porti a credere che, con una buona conoscenza tecnica e un rigoroso allenamento sostenuto da una incrollabile volontà, "tutto va bene, madama la marchesa".

Forse la volontà stessa dovrebbe essere riconsiderata tenendo presente un soggetto, il complesso essere umano nella sua vivente realtà, con i suoi dubbi, le sue stanchezze e i suoi pesi karmici, per scoprire che non è incrollabile, che spesso vacilla. Ma tale ammissione non fa solo paura, sembra, nei confronti della volontà, un reato di lesa maestà.

Per brevità, in sintesi: tra il dire e il fare c'è di mezzo il mare, e i bravi soldatini psico-sintetici non credano di avere già vinto tutte le battaglie. La lotta dura tutta la vita, ma (questo è un punto importante del messaggio psicosintetico) "l'io può perdere qualche battaglia, ma se non cede le armi, se non si arrende a discrezione, le sorti della campagna non sono compromesse e la vittoria finale sarà sua". (Principi e metodi, pag.29)

L'impegno, più o meno arduo e strenuo, necessario in ogni allenamento psico-spirituale, presuppone un fine, un obiettivo, quali il raggiungimento o il superamento di una situazione interiore o lo sviluppo di una qualità. Ma perché la tensione profonda si mantenga costante da un obiettivo all'altro nel corso della vita, è indispensabile che tali obiettivi ne racchiudano uno più ampio, anzi ne siano parte, siano in esso racchiusi; vivere in tal modo la vita richiede una filosofia di vita, uno schema di riferimento, un sistema di valori. L'elemento 'valore' è della massima importanza, perché, se la vita non ha valore in sé, in quanto vita, a che scopo, ad esempio, in situazioni penose, allenare l'accettazione, la sopportazione, la ricerca dei significati, la speranza? Non è più semplice "farla finita"?

Semplice no, perché sappiamo bene - Amleto docet - quanti dubbi, interrogativi, resistenze, paure accompagnano il salto nel buio della non-vita. Ma lo stesso rifiuto vale per i suicidi o le eutanasi parziali, il deliberato sopprimere o il lasciare passivamente venir meno una parte di noi che è in crisi, che langue, che soffre, che "non ce la fa più". Anche nella depressione più nera, c'è, sotto sotto, un non volersi arrendere, una richiesta di aiuto. Istinto di conservazione? Certo, ma non è forse la manifestazione, al livello della forma, di qualcosa che anima la forma e, per così dire, le mormora all'orecchio che le sue vicissitudini non sono fini a se stesse, che il suo stesso nascere, essere e durare (come, del resto, il suo non-durare) risponde a un Perché, un Significato, un Valore che la trascende? Ancora una volta, senso e

If you listen to the presentations in a congress of Psychosynthesis, you have the impression of being in front of a group of people who, waving the wand of the will as if it were magic, have reached a dimension without problems. Those same people, if they carry out psychotherapy professionally, see their patients as if they were the only people afflicted by their problems. Generally speaking, for those who practice psychosynthesis, there is, however, the risk that the enthusiasm leads them to the belief that, with good technical knowledge and a rigorous training sustained by an indestructible will, "all is well, my dear Lady".

Perhaps the will itself should be reconsidered bearing in mind a subject, the complex human being in his/her living reality, with his/her doubts, his/her tiredness, his/her karmic weights, to discover that he/she is not indestructible, that often he/she is unsteady. But such an admission is not only frightening, it seems, compared to the will, a crime against Her Majesty.

In short, in synthesis: it is easier said than done, and the brave psycho-synthetic soldiers do not believe to have won all the battles. The struggle is life-long, but (this is an important psychosynthetic point) "the I can lose some battles, but if it does not put down its arms, if it does not give in to discretion, the campaign is not compromised and final victory will be its". (Principles and Methods, pag.29)

Commitment, more or less valiant, necessary in every psycho-spiritual training, presupposes an end, an objective, the achievement or overcoming of an interior situation or the development of a quality. But, so that the profound tension is constant from one objective to another in life, it is indispensable that these objectives contain one that is greater, rather are a part, enclosed in it; living life in this way needs a philosophy of life, something to refer to, a system of values. The 'value' element is very important because if life has no value in itself, in as much as it is life, what is the point, for example, in painful situations to train acceptance, endurance, search for meanings, hope? Is it not easier to "end it all"?

Easy not, because we well know - Amleto docet - how many doubts, questions, resistances, fears accompany that leap into the dark of the non-life. But the same refusal is valid for suicides or partial euthanasia, the deliberate suppression or the passive neglect of a part of us that is in crisis, that languishes, that suffers, that "can no longer go on". Also in the deepest depression, there is, deep down, a desire to not give up, a call for help. The instinct for preservation? Of course, but is it not the manifestation, at the level of matter, of something that animates the form and, so to say, whispers in the ear that its vicissitudes are not an end in themselves, that its birth, being and duration (as, also, its non-dura-

sovra-senso. Sussurri e grida della forma, ma anche, nella forma, di qualcosa di superiore.

Da qui ad un'etica spirituale della vita, il passo, però, non è così breve. Affinché l'implicita ma, a volte, soffocata e depressa volontà di essere si concretizzi in una positiva, costruttiva, orientata verso l'alto, filosofia di vita è necessario un lavoro interno, un'evoluzione, una tensione creativa che è in parte ispirazione in parte tecnica, in una parola è necessario un allenamento.

Per essere in grado di mantenere costantemente viva e operante la volontà di persistere nell'allenamento, occorre allenarsi. Ma per allenarsi occorre sapere o almeno intuire che, qualunque sia la situazione, ne vale la pena. Il più delle volte, questo input viene dato, in incognito, dal Sé che "opera in modo sottile, spesso inavvertito, dal di dentro e dall'alto". In incognito o persino in maschera. Riconoscere i mascheramenti del Sé è un altro aspetto dell'allenamento. Forse il più intrigante, certamente il più utile. □

(*) Direttrice del Centro di Psicointesi di Roma

tion) answers a Why, a Meaning, a Value that transcends it? Once again, sense and over-sense. Whispers and shouts from the form, but also, in the form, of something superior.

But from here to a spiritual ethics of life, the path is not so short. So that the implicit but, sometimes, suffocated will of being is realised in a positive, constructive and orientated upwards, philosophy of life it is necessary to carry out an internal work, an evolution, a creative tension that is in part inspiration and in part technique, in a word: training is necessary.

To be able to constantly maintain alive and functioning the will to train, it is necessary to train. But to train, it is necessary to know or at least intuit that, whatever the situation, it is worth it. Most of the time, this input is given, incognito, by the Self that "works in a subtle way, often unobserved, from inside and from above". Incognito or even masked. Recognising the masking of the Self is another aspect of training. Perhaps the most intriguing, certainly the most useful. □

Settimana di Psicointesi

— in —

SICILIA

Una settimana di vita insieme per sperimentare il significato profondo del gruppo nel lavoro e nel divertimento.

PSICOSINTESI IN MONTAGNA

Etna Nord - Piano Provenzana - 27 Luglio/2 Agosto 2002

Informazioni e prenotazioni: Centro di Psicointesi - via Sardegna, 76 - 90144 PALERMO - tel./fax 091 525777 - e-mail: palermo@psicosintesi.it