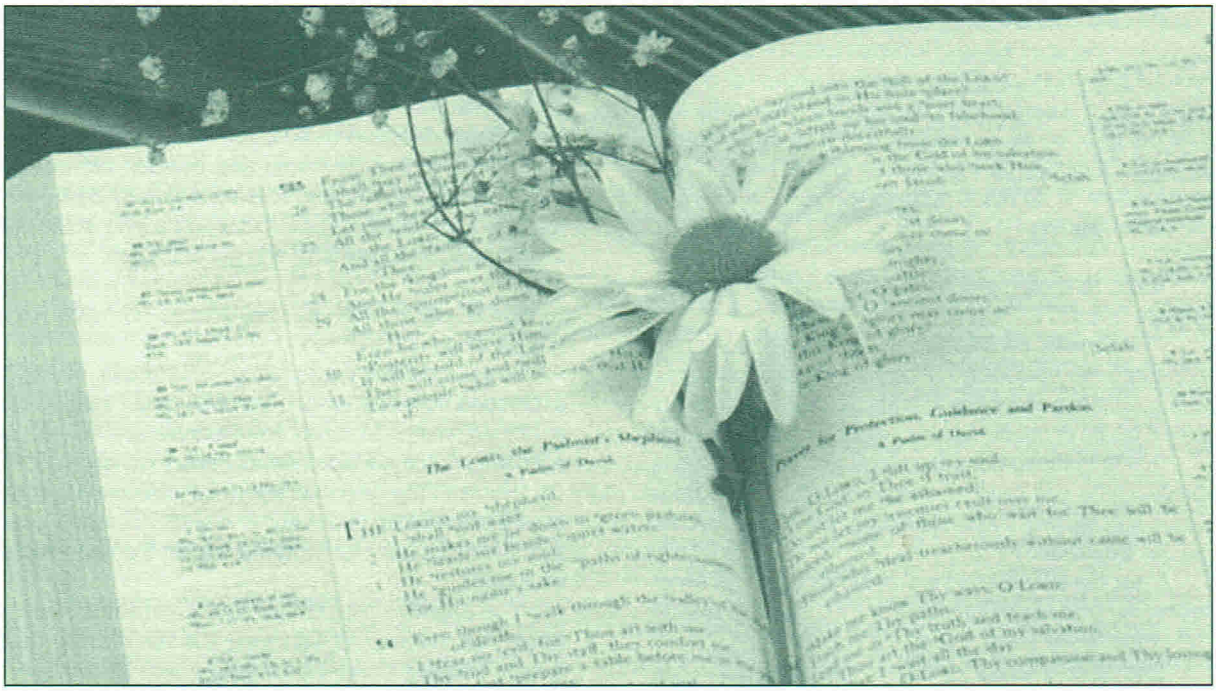

Una Domenica Speciale
A Special Sunday

M.L.M.

In una domenica di agosto, la grande libreria, che – nonostante, o a causa dell'afa sonnolenta della città - ha invitato un piccolo gruppo a sostare tra i banchi e gli scaffali, ha attratto anche me. Carezzata dal soffio dell'aria condizionata, incuriosita da intriganti copertine nel reparto Novità, penso che potrei rimanere qui tutto il giorno al riparo da quella terra-di-nessuno in cui, nella follia agostana di montaliana memoria - nonostante la discesa di orde di turisti - si trasforma per me "la gloria che fu Roma". Ma il sollievo, la sensazione di essere "a casa", è di breve durata. Libri, libretti e librettini creano una situazione di tensione, l'occhio non sa dove posarsi, la mente è prima sopraffatta, poi delusa. Ci si aspetta tanto da un libro: un'intuizione, uno stimolo, un insegnamento, un messaggio. Ma non è così facile trovare quello che ci desti un'eco nell'anima.

Mentre vado così pensando, discretamente appartato, quasi nascosto nell'angolo Psicologia, tra altri

One Sunday in August, the great bookshop that – notwithstanding, or due to the sultry sleepiness of the town – invited a small group of people to browse among the shelves and tables, also attracted me. Caressed by the coolness created by the air-conditioners, made curious by the intriguing covers of the books in the New Books department, I thought that I could stay there all day safe from that no-man's land in which, for me, "the glory that was Rome" is transformed in the August folly of "montaliana" memory – notwithstanding the descending hordes of tourists. But the relief, the sensation of being "at home", is short lived. Books and booklets create a situation of tension, my eyes do not know where to rest, my mind is first overwhelmed, then let down. We expect so much from a book: an intuition, a stimulus, a lesson, a message. But it is not so easy to find that which could echo in our soul.

volumi dalla sobria copertina color ocra, scorgo un libro di cui mi colpisce l'autore: Roberto Assagioli. Subito, tra visione e memoria, si disegna il viso emaciato di un vecchio canuto e barbuto, un bel vecchio, non fosse altro che per gli occhi scuri, vivissimi e radiosi. Ecco, adesso sì sono "a casa". Gli interrogativi di una lunga ricerca esistenziale si formano spontaneamente e ricevono puntuale risposta.

"Dott. Assagioli, perché vivere richiede tanto lavoro e tanta fatica?"

"Nel tumulto, nel travaglio - ed anche nei momenti di appagamento personale - dimentichiamo troppo spesso che questa vita non è fine a se stessa. Suo scopo principale è quello di promuovere lo sviluppo della coscienza".

"Ma lo sviluppo della coscienza non è, per così dire, predestinato e in qualche misura spontaneo, anche se lungo e graduale? L'ascesa interna non è il punto-chiave dell'evoluzione?"

"L'ascesa è il principio e il metodo stesso dell'evoluzione, ma l'uomo può prendere in mano la propria ascesa, determinarla e favorirla con la volontà".

"Ma se la 'ghianda', il nucleo vitale profondo, porta scritto in sé il proprio processo di sviluppo, perché la necessità di tanta determinazione?"

"Lo spirito umano, che esce dalla sua inconscia perfezione indifferenziata nell'Assoluto, scende di piano in piano di manifestazione identificandosi con vari strumenti o veicoli fino alla materia e al corpo fisico, per poi salire gradatamente".

"Dunque la risalita, o ritorno, è, appunto, storia in qualche modo prevista. Non è sufficiente affidarsi a questa legge interiore?"

"Mi viene in mente un paragone teatrale: la commedia dell'arte. L'autore ha dato la trama, la 'commedia' ha questo inizio e questo epilogo a cui si deve arrivare per stadi successivi genericamente indicati. Però, il testo non è scritto. Ogni attore improvvisa entro quello schema. Qui vediamo un fine ultimo, ma anche una certa elasticità..."

"Dunque una libertà?"

"Una certa libertà di scelta nei mezzi espressivi e nel modo più o meno felice e abile con cui l'attore esegue il compito indicatogli".

"Questo implica creatività interiore, ma anche un grosso rischio di deviazioni, anche gravi. È così?"

"In verità siamo facilmente tratti a rallentare la vigilanza e la disciplina, mentre un aspetto importante della concentrazione è quello che si riferisce all'organizzazione, al programma dell'intera nostra vita".

"Non c'è il rischio di diventare troppo rigidi, troppo strutturati, dei robot?"

"Accanto alla disciplina e all'attività mentale coltivare altri aspetti vitali: sentimento, fantasia, senso estetico, senso religioso."

As I continue browsing with my thoughts, discretely aloof, almost hidden in the Psychology section, among volumes with their sober ochre covers, I spy a book whose author strikes me: Roberto Assagioli. Immediately, between vision and memory, I see the emaciated face of a white-haired and bearded old man, a wonderful old man for his radiating and lively dark eyes. So, now I am "home". The questions of a long existential search spontaneously form and get answered.

"Dr Assagioli, why does living need so much work and so much energy?"

"In the tumult, in the suffering – and also in moments of personal satisfaction – we too often forget that this life is not an end unto itself. Its principle aim is that of encouraging the development of consciousness".

"But isn't the development of consciousness, so to speak, predestined and in some way spontaneous, even if long and gradual? Isn't internal ascent the keystone of evolution?"

"The ascent is the principle and the method of evolution, but humankind can take control of their own ascent, creating it and encouraging it with the will".

"But if the 'acorn', the profound vital nucleus, has written in it the process of development, why is so much determination necessary?"

"Human spirit, which leaves its unconscious perfection undifferentiated in the Absolute, descends level by level of manifestation identifying itself with various instruments or vehicles until it reaches matter and the physical body, to then gradually ascend again".

"Therefore, the ascent or return, is thus in some way foreseen. Is it not sufficient to trust in this interior law?"

"A theatrical comparison comes to my mind: the comedy of art. The author has given the plot; the 'comedy' has this beginning and this epilogue that must be reached following stages that are generically indicated. But, the text has not been written. Each actor improvises within that outline. Here we see an ultimate end, but also a certain flexibility..."

"Therefore liberty?"

"A certain liberty to choose expressive means and the way, more or less happy and capable with which the actor carries out the given task".

"This indicates interior creativity, but also a great risk of deviation, even severe. Is this correct?"

"Really, we easily allow our vigilance and discipline to go slack, while an important aspect of concentration is that which refers to organisation, the program of our whole life".

"Is there not the risk of becoming too rigid, too structured, like robots?"

"Besides discipline and mental activity, cultivate other vital aspects: sentiment, fantasy, aesthetic sense, religious sense".

"Ma si tratta sempre, comunque, di programmare e di attivare. Ogni spontaneità è dunque esclusa?"

"La spontaneità è l'espressione del nostro essere più vero e più profondo. Si tratta di sviluppare una selettività sempre più profonda e sottile. Come in qualunque altro campo, fisico, pratico, artistico, intellettuale, così cambiamenti, sviluppi, acquisizioni, si possono ottenere nel campo psicologico e quello spirituale con l'esercizio ripetuto, l'allenamento persistente."

"Qual è il processo di tale allenamento?"

"Alla conoscenza e comprensione di sé deve seguire un piano di azione. Occorre decidere che cosa vogliamo fare di noi stessi, che cosa vogliamo diventare. Occorre una adeguata preparazione e innumerevoli occasioni di pratica e di esercizio nel laboratorio interno. È un'opera vasta e complessa e richiede molto tempo, anzi, va continuata per tutta la vita".

"Ma la presa di coscienza e l'aspirazione non producono già, di per sé, un movimento interno, una crescita?"

"Ricordiamo che il progresso e lo sviluppo spirituale si ottengono mediante una serie di lotte e di conquiste. Occorre vigilanza, tensione, lotta e responsabilità perché l'inerzia è una fondamentale tendenza dell'essere umano..."

"Ma tante correnti di pensiero sono meno esigenti della psicosintesi, sottolineano l'abbandono al Divino che è in noi e chiedono meno sforzo attivo..."

"L'intuizione della Divinità Essenziale che si trova in molti movimenti della Nuova Era è metafisicamente esatta. Dove sbagliano tali movimenti è nel saltare dal livello della personalità al livello più alto, nel credere di poter fare a meno dell'allenamento, dell'intero, complesso, processo graduale".

"Ma anche nella psicosintesi si dà molta importanza all'azione dello Spirito in noi, non è vero?"

"La psicosintesi, nel senso più ampio, è il risultato dell'azione concorde di due forze, due agenti in noi: la volontà consapevole, decisa e tenace, diretta alla meta e l'Io o Sé spirituale, che agisce in modo sottile, spesso inavvertito, dal di dentro e dall'alto."

"E se, nonostante l'impegno e il coraggio, scopriamo in noi delle debolezze e dei cedimenti, ci scopriamo un passo indietro rispetto al percorso di crescita auspicato?"

"Vi sono due atteggiamenti che, insieme a quello dell'osservatore, ciascuno di noi dovrebbe cercare di mantenere: il primo è la pazienza con noi stessi, più esattamente con il nostro strumento indisciplinato; l'altro è la fiducia nella perseveranza che porterà alla riuscita".

Non so quanto tempo mi sono attardata tra i libri. La libreria sta per chiudere; fuori una inaspettata brezza vivifica l'aria, e la sera è tenera e violetta. ❑

"But this is always programming and activating. Isn't every spontaneity thus excluded?"

"Spontaneity is the expression of our truest and deepest being. We must develop a deeper and subtler selectivity. As in any other field, physical, practical, artistic, intellectual, thus changes, developments, acquisitions can be obtained in the psychological and spiritual fields by repeated exercise, persistent training."

"What is the process of such a training?"

"To knowledge and comprehension of ourselves a plan of action must follow. It is necessary to decide what we want to do with ourselves, what we want to become. We need an adequate preparation and numerous occasions for practice and exercise in the internal laboratory. It is a vast and complex work and needs much time, rather, it should be continued for all our life".

"But don't knowledge and aspiration, in them, already produce an internal movement, growth?"

"We must remember that progress and spiritual development are obtained through a series of struggles and conquests. We need vigilance, tension, struggle and responsibility because inertia is a fundamental tendency of human beings ..."

"But many other ways of thinking are less demanding than Psychosynthesis, they stress the abandonment in the Divine that is in us and require less effort..."

"The intuition of Essential Divinity that is found in many movements of the New Age is metaphysically exact. Where these movements are in error is in the jumping from the personality level to the higher level, believing to be able to do without training, without the whole complex gradual process".

"But also Psychosynthesis gives much importance to the action of the Spirit in us, doesn't it?"

"Psychosynthesis, in the widest sense, is the result of the simultaneous action of two forces, two agents in us: the aware will, decisive and tenacious, aimed at the goal and the I or spiritual Self, which acts in a subtle way, often unnoticed, from inside and from above."

"And even with commitment and courage, if we discover in ourselves weaknesses and a desire to give up, if we find ourselves behind with respect to the desired way for our growth!"

"There are two attitudes that, together with that of the observer, each of us should try to maintain: the first is patience with ourselves, more exactly patience with our undisciplined instrument; the other is trust in the perseverance that will lead to achievement".

I do not know how long I spent among the books. The bookshop is about to close; outside an unexpected breeze refreshes the air, and the evening is tender and sweet. ❑