

LA RICERCA DELLA VIA DI MEZZO

Gaetano Russo

Relazione al XVIII Congresso Nazionale dell'Istituto di Psicopsintesi, Palermo 25-28 Aprile 2003

Durante questo congresso è stato più volte detto che, perché vi sia dialogo, è necessario che vi siano due poli. E in effetti, come ricordava Luce Ramorino ieri, fin dall'antichità si è ritenuto che tutte le manifestazioni della realtà fossero generate dall'interazione dinamica tra due forze polari (maschile e femminile, yin e yang, spirito e materia, bene e male) che, entrando in relazione ed alternandosi ritmicamente, producono ciò che chiamiamo creazione, fanno cioè nascere qualcosa di nuovo.

La caratteristica della creatività è quella di un mutamento continuo, di una flessibilità perenne, che rifiuta qualsiasi rigidità, rifiutando anche quanto di buono è stato realizzato, nella ricerca di un buono sempre più buono, di un bello ancora più bello, di un vero vieppiù vero, perché, in realtà, non vi è nulla di tanto buono, di tanto bello, di tanto vero, che possa rimanere statico.

L'analogia con il nostro corpo fisico ci permette di cogliere il senso di questo mutamento. A livello fisico esistono meccanismi di autoregolazione che permettono di mantenerci in uno stato di equilibrio dinamico, come quando ci spostiamo camminando o pedalando su una bicicletta. In nessun istante della nostra vita fisica possiamo trovare qualcosa di definitivo o di statico, anche se c'illusiamo continuamente del contrario e ci affanniamo nell'inutile tentativo di rendere statica la nostra vita. L'unica stabilità possibile è, invece, dinamica ed è data da continui aggiustamenti (che possiamo chiamare anche crisi) attraverso i quali si svolge il processo di sviluppo verso uno stato di equilibrio sempre nuovo e sempre provvisorio.

Non si tratta, allora, di eliminare qualcosa dalla nostra vita (ciò che non ci piace, ciò che mette in crisi l'equilibrio raggiunto, che consideriamo sbagliato o scomodo), ma di sviluppare una capacità nuova: quella di contenere la tensione che questi aspetti creano nella nostra vita, riconoscendo che il nuovo non può nascere dal vecchio; anche se questo vecchio è stato il nuovo di ieri, una conquista realizzata con sforzo, ma che oggi deve essere superata.

Certamente, come dicevo, si tratta di una capacità che occorre sviluppare, anche perché i modelli che ci sono stati trasmessi attraverso l'educazione e che ci sono proposti dalla società ci obbligano ad un atteggiamento conservatore, perché considerano il mantenimento dello "status quo", dell'obiettivo raggiunto, come un bene in sé, come qualcosa da difendere con le unghie e con i denti. Si tratta di modelli che c'inducono a relegare nell'inconscio i conflitti interiori, con l'effetto di portare tali conflitti nel mondo esterno a noi, come ci ricordava Jung nel video proposto ieri mattina dagli amici del Centro di Palermo.

Divenire consapevoli delle parti in conflitto dentro di noi, ci permette, invece, di riconoscerle come polarità che, attraverso la loro contrapposizione, creano in noi una tensione creativa per far nascere il nuovo. Sviluppare, quindi, la polarità che è in noi latente, o meno sviluppata, è il primo compito di un individuo che vuole prendere in mano il suo processo di crescita, perché ciò produrrà la possibilità di quella contrapposizione da cui si genera la tensione creativa da cui nascerà il nuovo.

Come vedete, si tratta di un atteggiamento ben diverso da quella passività che, nel tentativo più o meno inconscio di evitare ogni tensione, cerca invece di eliminare ogni spunto conflittuale eliminando tutto ciò che crea contrapposizione. In tal modo non si elimina soltanto ciò che

consideriamo “male”, si elimina invece ogni possibilità di dialogo tra le varie parti di noi, ogni relazione creativa da cui, sola, può scaturire il nuovo. E se si elimina il dialogo interno, come ci ricordava Enzo Liguori nella relazione di apertura del congresso, si eliminerà anche ogni possibilità di dialogo esterno, che non è altro se non la manifestazione di quello interno, da cui nasce la consapevole strutturazione della nostra personalità.

Ed infatti, se consideriamo le parti del dialogo come strutture (due individui, con le loro caratteristiche, i loro bisogni e desideri, le loro emozioni ed idee), possiamo dire che il dialogo è organizzazione di queste strutture, delle loro relazioni. Ma, mentre la struttura coinvolge la quantità, l'organizzazione ha a che fare con la qualità, con il significato, con la conseguenza che, se si distrugge l'organizzazione, cioè la relazione tra le parti strutturali, il dialogo muore, anche se le parti sono ancora presenti.

Il dialogo, come organizzazione o relazione tra parti strutturali, non è un processo lineare, logico-razionale, ma un procedimento non lineare, che permette un salto al di là della mente logico-razionale, in quella che è la sfera dell'intuizione. È nella sfera intuitiva che ci è possibile cogliere l'interazione tra io e tu come uno spazio in cui i due poli non si fronteggiano come opposti (con il dito puntato l'uno sull'altro, che è negazione del rapporto, per usare l'immagine di Manuela Paggi), ma come parti essenziali di un campo che li comprende entrambi conferendo loro un significato che, da soli, non potrebbero avere. Il dialogo è un sistema, cioè una totalità integrata, le cui proprietà non possono essere ridotte a quelle dei suoi componenti.

Questo della totalità integrata è un concetto relativamente nuovo che si fonda sul principio della sintesi che Roberto Assagioli aveva postulato a fondamento della tendenza, insita nella nostra struttura psichica, a creare continue aggregazioni strutturate tra le varie parti che ci compongono. Una totalità integrata ha varie caratteristiche: le relazioni tra le parti non sono lineari, ma procedono secondo anelli di retroazione che rendono la totalità capace di autoregolazione; la totalità è anche capace di auto organizzarsi, cioè di integrare nella sua struttura energia proveniente dall'ambiente circostante accrescendo in tal modo il suo ordine interno; la totalità è, quindi, capace di auto riprodursi, poiché accrescere l'ordine interno significa creare nuovo ordine dove prima non esisteva e, cioè, nuova complessità.

Per capire come una totalità integrata entra in relazione con un'altra totalità integrata riflettiamo che dare un calcio ad un pallone non è come dare un calcio ad un animale. Il pallone reagisce secondo una sequenza lineare di causa ed effetto ed il suo comportamento può essere previsto. L'animale risponderà con dei cambiamenti strutturali secondo la sua natura ed il suo schema (non lineare) di organizzazione, con un comportamento non prevedibile, che, a sua volta, produrrà una modificazione anch'essa non prevedibile in noi.

L'individuo come manifestazione stabile d'una miriade di processi dinamici sottostanti (dialoghi o relazioni) esiste perché i processi che lo costituiscono formano modelli ritmici, come fluttuazioni, oscillazioni, vibrazioni, onde. Tutte le strutture ordinate derivano da modelli ritmici sottostanti, sono cioè strutture vibranti, pluridimensionali, interdipendenti, di fluttuazioni. I modelli ritmici sono un fenomeno universale che consente agli individui di esprimere la loro personalità distinta, poiché l'identità può essere considerata come un'identità di ritmo: ciò che ci rende riconoscibili è un insieme di modelli ritmici che ci caratterizzano.

Il ritmo, come ci ricordava Daniele La Barbera, è fatto di silenzio, spazio che contiene la parola, ma anche spazio per accogliere l'altro e spazio per far entrare l'anima nella nostra vita. E Giuliana D'Ambrosio aggiungeva: non silenzio come assenza di parola, ma come entità che genera l'ascolto da cui, solo, può nascere il dialogo. Ma anche silenzio di azione, come semplificazione della vita

esterna per creare spazio proprio dove c'è più bisogno, all'interno di noi, come ci diceva Lina Malfiore. O silenzio della solitudine, luogo del raccoglimento, ma anche della contemplazione che ci fa dialogare con ciò che ci trascende, come ci ricordava Rosario Ales.

Il dialogo non è mai soltanto una trasmissione di informazioni, perché in esso il nostro mondo interiore di concetti e idee, le nostre emozioni e i movimenti del nostro corpo sono saldamente legati in una coordinazione comportamentale, come in una danza, che coinvolge entrambi gli individui dialoganti. Il dialogo può essere visto come accordo ritmico, sincronizzato e coordinato, di ritmi individuali.

In rari momenti della vita, in cui ci sentiamo in sincronia con l'intero universo, momenti di ritmo perfetto, in cui si sente che ogni cosa è esattamente come dovrebbe essere e in cui si fanno le cose con estrema facilità, sentiamo di vivere alte esperienze spirituali, in cui ogni separazione o frammentazione è trascesa e la nostra coscienza si espande.

La psicosintesi sposta la nostra attenzione dalle strutture psicologiche ai processi sottostanti, poiché la psiche umana è un sistema dinamico in cui il senso d'identità è strettamente connesso con l'ampiezza della consapevolezza delle relazioni tra le parti che la compongono: dalle sensazioni, alle emozioni, agli impulsi ed ai desideri, alla mente logico-razionale ed a quella intuitiva. Relazioni che possono essere subite oppure attivate e gestite dall'io attraverso la volontà. La volontà ha il potere di "giocare con gli opposti", di regolare l'interazione di forze e funzioni che sono agli antipodi, stabilendo così un equilibrio e una sintesi dinamici, senza ricorrere al compromesso, ma piuttosto attraverso una regolazione da un livello superiore. È per questo che Daniele De Paolis diceva che il rapporto diviene dialogo quando interviene la volontà, perché il dialogo ci apre all'altro ma, soprattutto, ci apre alla conoscenza di noi stessi. Utilizzando il potere discriminante della volontà conosciamo le coppie di opposti, intuiamo che entrambi ci appartengono, troviamo la via di mezzo, o intermedia, che li concilia e che, oscillando in equilibrio come su una corda tesa, ci conduce ad elevarci ad un livello superiore che li comprende entrambi.

È stato detto più volte che il dialogo non è connesso con lo scambio di idee attraverso il linguaggio. Il ruolo cruciale del linguaggio nell'evoluzione umana non è consistito nell'abilità di scambiare idee, ma nell'accresciuta capacità di cooperare. Soltanto successivamente si sviluppò la capacità di pensiero astratto, con la conseguente generazione di un mondo interiore fatto di concetti, oggetti ed immagini di noi stessi, che ci ha fatto gradualmente perdere il contatto con la natura, vista come consistente di parti separate, e sviluppare personalità frammentate che hanno generato società anch'esse frammentate, in cui, quello che Daniele La Barbera ha definito frastuono comunicativo, nega qualsiasi possibilità di dialogo.

Quella che oggi sentiamo come tensione all'interezza è acuita da questa frammentazione, ma è un'occasione da non perdere per realizzare, prima, quel dialogo tra le parti di noi e, poi, tra individuo e individuo, che costituisce la base di un dialogo ancora più ampio tra i gruppi umani e tra l'umanità ed il Pianeta di cui essa è parte. Il dialogo, in quest'ottica, è un riconnettersi con l'intera trama della vita, quel riconnettersi che il latino è detto "religio". Il dialogo, infatti, non riguarda soltanto gli individui umani, poiché, come relazione, esiste a tutti i livelli (subumani, umani e sovraumani). Come diceva Fiorella Pasini, l'anima individuale dialoga costantemente con l'anima mundi. Possiamo intuire che in questo stesso istante si sta svolgendo un immenso dialogo universale, che vede impegnate le più piccole particelle subatomiche, come i grandi sistemi galattici, in una perenne relazione per far nascere il nuovo.

Elena Morbidelli ci ha mostrato il dialogo come ponte che collega parti di noi altrimenti separate, con cui ci identifichiamo inconsciamente. Questo dialogo è diretto dall'io che, attraverso la volontà,

è il mediatore o il ponte tra la personalità ed il Sé transpersonale, come, con le parole di Enzo Liguori, il Sé transpersonale è relazione tra l'individuale e l'universale.

Imparare a dialogare con noi stessi e con gli altri, trovando e percorrendo quella via di mezzo che, come un ponte, unisce ciò che è frammentato in totalità organicamente viepiù integrate, è, quindi, il contributo prezioso che possiamo dare a questo immenso dialogo universale di cui siamo parte.