

I simboli del Sé

Lina Malfiore

Le psicologie che si occupano del Sé sono definite Transpersonali, poiché si occupano di qualcosa che è di là dei confini dell'io personale. Il termine allude a stati di coscienza che sono oltre quelli ordinari della personalità, che non significa andare oltre la personalità medesima.

Per citare le parole di William James, riportate da Assagioli: "Mi sembra che i limiti estremi del nostro essere penetrino in una dimensione di esistenza del tutto diversa dal mondo sensibile e comprensibile, come abitualmente concepito; sia essa regione mistica o regione soprannaturale, che dir si voglia"¹.

Il James è uno degli Autori che hanno studiato i fenomeni legati a stati di coscienza superiori.

Tra gli altri se ne sono occupati Roberto Assagioli, M. Buber, Sri Aurobindo, Suzuki, Jung, A. Watts, A. Huxley, M. Eliade, A. Maslow, E. Kübler - Ross, S. e C. Grof (vedi bibliografia).

La tesi centrale di tali psicologie è che la nostra esperienza cosciente ordinaria non è né la più vera né la più rappresentativa di ciò che noi siamo, ma esistono altri stati d'essere, più vasti, più veri, più felici e più adeguati alla nostra reale natura.

In altri termini esse ammettono che esiste un "a priori" nell'uomo cui danno il nome di Sé Transpersonale.

Il Sé è quel "quid" dentro l'essere umano per sua natura sta-

bile, immutabile, Esso gli dà il senso di permanenza, rappresenta l'identità personale al di là di tutti i cambiamenti.

Il Sé esiste in una sfera di

dificare profondamente le nostre condizioni psicofisiche.

A questo proposito Assagioli afferma che "... l'invisibile regione in questione non

non abbiamo una scusa filosofica per chiamare "irreale" il mondo invisibile o mistico"².

La via verso il Sé non è solo un'impresa individuale, ma un aspetto dell'evoluzione della specie umana.

I fenomeni transpersonali hanno una loro intrinseca realtà, e non sono produzioni dell'immaginazione o del pensiero.

Si possono trovare in tutte le culture, sono perciò transculturali.

La realtà del Sé può venire, infatti, confermata in vari modi, per esempio lo ritroviamo nelle testimonianze di tutti quegli individui che l'hanno sperimentato, come i mistici, i santi, i veggenti, ma anche artisti, scienziati e filosofi.

Sono fenomeni genuini, non segni di compensazione, evasione o patologia.

Hanno ricadute positive sulla persona, non sono quindi segno di eccessi o di follia.

Fenomeni come l'espansione della coscienza, l'ispirazione creativa, le cosiddette esperienze delle vette, l'estasi mistica, le esperienze di pre - morte, l'intuizione degli archetipi, le esperienze di illuminazione spirituale sono tutti ben documentati.

Nel parlarne, però, ci troviamo di fronte alle difficoltà dovute al linguaggio che è prettamente concreto, razionale e oggettivo.

Tutte le parole che designano realtà spirituali sono in primo luogo metafore o simboli basati su oggetti concreti.

U. Yadamsuren - Scuola d'Urga, Mongolia. 1940



realtà diversa da quella cui siamo abituati, vita organica e vita psichica, non può venire influenzato da queste e non è il loro sottoprodotto.

Anzi, l'influsso del Sé può mo-

è meramente ideale, perché essa produce effetti in questo mondo.... Ma ciò che produce effetti entro un'altra realtà deve essere chiamato una realtà esso stesso, perciò io sento che

I simboli però hanno il vantaggio di evocare immediatamente ciò che rappresentano.

Per un'analisi approfondita del significato dei simboli e della loro importanza, si rimanda il Lettore ai numeri 4 e 5 della Rivista di Psicosintesi e ai libri di Assagioli citati.

Ricordiamo brevemente che il simbolo è un concetto o raffigurazione concreta che rappresenta un'astrazione, vale a dire che rimanda in qualche modo ad un concetto astratto.

Con i simboli si entra nel mondo dei significati, si va oltre le forme evidenti, oltre l'apparenza fenomenica.

Il simbolo collega il mondo astratto con quello concreto, fa da ponte tra i due livelli, in altre parole collega tra loro il conosciuto e il non - conosciuto.

I simboli del Sé sono moltissimi e ognuno suggerisce un aspetto dell'esperienza transpersonale.

Fra quelli più usati troviamo: la stella

la sfera di fuoco irradiante

la rosa o il fior di loto

una figura angelica che gli orientali chiamano l'Angelo Solare

il Maestro interno

il Vecchio Saggio

l'Eroe

il Guerriero interno.

Assagioli li ha suddivisi in 15 classi o gruppi³.

Non possiamo analizzarli tutti qui, ci soffermeremo in particolare sul simbolo della Luce e su una tecnica della Psicosintesi che è il "dialogo con il Vecchio Saggio".

• La Luce

Molti sono i rimandi che connettono la luce, entità che tutti conoscono ma che pochi sanno esattamente definire, con quel quid di natura trascendente dentro l'uomo.

L'uomo ha imparato a produrre e usare la luce, come per esempio nelle ultime applicazioni col laser, ma non ne conosce l'intima essenza. La percepisce con l'apparato visivo, la retina, che converte i segnali luminosi in segnali elettrici e li invia al cervello, il quale a sua volta li converte in immagini e colori. Si sa che è un'onda elettromagnetica, quindi un'energia, ma è anche corpuscolata, consiste cioè dei famosi quanti di luce. È sia materiale, dunque, sia onda luminosa elettromagnetica immateriale.

La luce è una componente fondamentale della materia, anzi la materia è luce condensata se così si può dire. Se si scompone la materia densa nei suoi componenti ultimi, essa è formata da corpuscoli che non sono altro che energia, scissi essi emettono luce e calore, come nella scissione del nucleo atomico nelle reazioni termonucleari.

La luce è un'energia immateriale che produce effetti materiali, da sempre un simbolo dello Spirito.

In tutte le tradizioni e i miti, per contro, le tenebre sono associate al male.

La luce proviene dal Sole, altro simbolo del Sé, e porta con sé calore, vita, illumina ciò che investe.

L'uomo la studia da molto tempo, ma ciononostante la sua vera essenza resta sconosciuta, inafferrabile e misteriosa.

Il risveglio della coscienza spirituale è stato chiamato "illuminazione" e definiti "illuminati" coloro che hanno raggiunto questo traguardo.

La luce ha una forte affinità con ciò che abbiamo definito Sé Transpersonale e questo per diverse ragioni.

Innanzitutto la luce permette di vedere. Cosa? La realtà per quella che è: la realtà di noi

stessi, la realtà più vasta del mondo che ci circonda, la realtà celata dietro le apparenze, vale a dire le cause dei fenomeni, infine la realtà trascendente, attraverso ampliamenti successivi della coscienza.

Come la luce illumina le cose e le manifesta è un mistero.

Il risveglio avviene per gradi.

Il primo passo è lo sviluppo della capacità di vedere se stessi, la propria vera natura, qualità e difetti compresi.

La luce della consapevolezza permette di scorgere anche gli angoli più nascosti e bui.

Un secondo passaggio è dato dalla visione profonda delle cose, si può dire vederne l'essenza, le vere cause, le leggi che le regolano.

È la conoscenza intuitiva che con un solo sguardo abbraccia la complessità di un fenomeno, di un problema e ne vede la soluzione.

L'illuminazione che porta al risveglio della coscienza spirituale è una vera e propria folgorazione, un'irruzione di luce interna che trasforma profondamente chi la sperimenta. Un esempio è quello di San Paolo sulla via di Damasco.

La luce è nella materia. La materia vela la luce, la nasconde.

La luce è materia e la materia è luce. La luce è forza creativa, pensiamo al "fiat lux" della Genesi che ha dato inizio alla creazione.

Se ne deducono, dunque, le proprietà dagli effetti che produce, come la creatività, la capacità di illuminare, cioè rendere visibili le cose, i pensieri, eccetera, portare a maturazione fiori e frutti, veicolare energia sotto forma anche di calore e così via.

Ricapitolando, la luce per gli uomini è un mistero, quello che se ne può dire riguarda i suoi effetti e la sua presenza a

tutti i livelli della vita.

Vediamo come il concetto entra a far parte di molte metafore normalmente utilizzate.

La luce della ragione

Fare luce su una questione

Un bambino viene alla luce, così come un'idea, un progetto, un fatto

La luce dell'Anima

Dio è indicato come la luce Suprema.

La natura del Sé è luce.

Infine, voglio ricordare il mito di Prometeo.

Questo mito narra la storia del Titano che un giorno rubò dal carro di Elio (il Sole) il fuoco e lo donò agli uomini.

Questo gesto indusse l'ira di Zeus che lo punì crudelmente condannandolo a restare per sempre incatenato ad una roccia. Inviò poi un'aquila che gli dilaniasse di giorno il fegato il quale ricresceva di notte.

Dopo molto tempo fu Ercole a liberarlo durante una delle sue celebri fatiche.

Fuoco e luce hanno qualcosa in comune.

• Il vecchio saggio

Il Vecchio Saggio è un modo poetico di denominare il Sé Transpersonale, un evento psichico talmente complesso e di così vasta portata nei suoi molteplici aspetti, oltre che così difficile da esperire, che occorre un simbolo così potente per poterlo integrare infine nella coscienza.

In Psicosintesi si utilizza un esercizio definito il "Dialogo col Vecchio Saggio".

Il dialogo che noi instauriamo significa entrare in relazione con il Sé, renderlo cosciente, da inconscio che normalmente è, significa portare alla coscienza i contenuti del Sé, renderli manifesti e operanti a livello conscio.

Dialogare con il Sé è un'esperienza che arricchisce la vita, la

rende tridimensionale, in altre parole le conferisce profondità, la arricchisce di significato. E noi sappiamo che la mancanza di senso per quanto riguarda noi stessi e gli eventi ci può rendere depressi o variamente infelici.

“Se manca la visione il popolo muore” recita un vecchio adagio.

Questo simbolo è l'Archetipo della Guida Spirituale presente in noi che si cala nelle vesti di un uomo anziano.

La possiamo anche vedere come una parte estremamente saggia e consapevole che possiamo attivare e contattare per risolvere dei problemi o per chiedere spiegazioni.

Per archetipo s'intende un'idea originaria, una specie di stampo sulla quale sono costruite tutte le cose; esso è un modello ipotetico, non evidenziabile se non nell'esperienza soggettiva.

Gli archetipi sono contenuti “nell'intelligenza divina” secondo Sant'Agostino; corrispondono grosso modo alle

“idee prime” di Platone.

Nota espressione degli archetipi sono i miti e le fiabe.

In ogni caso essi dimorano in una dimensione inconscia, per essere più precisi per la Psicosintesi essi si trovano nell'inconscio superiore.

La vecchiaia è un segno di saggezza e di virtù, tutte le culture onorano i vecchi perché essi rappresentano una lunga acquisizione di esperienza e riflessione.

Per esempio in Cina la tradizione vuole che Lao-tzu sia nato con i capelli bianchi e con l'aspetto di un vecchio, da cui il suo nome, che vuol dire Vecchio Maestro.

Sempre nel taoismo troviamo il Vecchio Signore Giallo, espressione puramente simbolica che si può accostare all'Antico dei Giorni dell'Apocalisse.

Della stessa serie è il Vecchio della Montagna dei Druidi.

Il Vecchio Saggio sfugge alle limitazioni del tempo: essere vecchio significa esistere prima dell'origine e continuare ad esistere dopo la fine di questo mondo.

Ancora nell'Apocalisse, il Verbo è presentato con i capelli bianchi; Buddha è chiamato Primogenito del Mondo; Shiva è venerato a volte come il Vecchio Signore.

Il Vecchio Saggio esprime bontà, mansuetudine, serenità; i suoi consigli possono costituire un ottimo sostegno.

• **Come si svolge il dialogo.**

In uno stato di rilassamento immaginiamo di percorrere un sentiero che ci porta in cima ad una montagna.

Sulla cima immaginiamo un tempio, all'interno del quale incontriamo questo Essere Vecchio e Saggio.

Gli poniamo una domanda, un

Nicholas Roerich (1874-1947) - Luce



quesito che riveste una grande importanza per noi e attendiamo la risposta che può presentarsi sotto forma di parole, poche per la verità, a volte una sola, o un oggetto che il Saggio ci dona o un simbolo che ci

viene alla mente.

A volte la risposta non giunge immediatamente, ma dopo il termine dell'esercizio mentre siamo occupati a fare altro.

Dopo aver ottenuto la risposta, salutiamo e torniamo indietro

per la strada che abbiamo percorso all'andata.

È importante avere una certa dimestichezza con la capacità di immaginare e lasciare che le immagini sorgano spontaneamente senza volerle forzare ad

emergere.

Per chi volesse approfondire raccomando la lettura del libro di R. Assagioli: Principi e metodi della Psicosintesi terapeutica

Note

Bibliografia

Assagioli R.: Principi e metodi della Psicosintesi terapeutica - Astrolabio

Assagioli R.: Lo sviluppo Transpersonale - Astrolabio

Aurobindo: La Vita Divina - Edizioni Galeati, Modena

Buber M.: Il cammino dell'uomo

Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose

Bucke R.M.: La Coscienza Cosmica - Crisalide

Eliade Mircea: Lo Sciamanesimo e le Tecniche dell'Estasi -

Ed. Mediterranee

Grof S. e Grof C.: Emergenza spirituale - RED Edizioni

Ferrucci P. - Esperienze delle Vette, Astrolabio

Hillman J._ Il Codice dell'Anima - Adelphi

Huxley A.: Filosofia Perenne - Adelphi

James W.: The Varieties of Religious Experience - New American Library, New York, 1958

Jung C.G.: Gli archetipi dell'inconscio collettivo - Boringhieri

Jung C.G.: Psicologia e Religione - Boringhieri

Kubler-Ross E.: La morte e la vita dopo la morte - Mediterranee

Maslow A.: Verso una psicologia dell'essere - Ubaldini

Satprem: L'avventura della coscienza - Mediterranee

Suzuki D.T.: Saggi sul Buddismo Zen - Mediterranee

Venturini R.: Coscienza e cambiamento - Cittadella editrice

Watts A.: Il Tao, la Via dell'Acqua che Scorre - Astrolabio Ubaldini.

1-2-3) R. Assagioli: Lo sviluppo Transpersonale - Astrolabio,

The symbol of the "Self"

The psychologies that deal with the spiritual part of the human being admit the existence of a "a priori" to which they give the name of Transpersonal "Self".

The reality of the "Self" can be confirmed in various ways and we find it in the testimonies of the mystics, the saints, the clairvoyants and also the artists, scientists and philosophers.

If we want to speak of the "Self" we necessarily must make use of the language of the symbols that have the advantage to evoke what they represent. The symbol is a concept, a concrete representation that symbolizes an abstraction. The symbol connects the abstract with the concrete world.

In this article it has been taken into consideration the symbol of the LIGHT as a symbol of the

"Self". In fact, the light allows to see, there fore to see the reality for what it is, what is hidden behind the appearances, the causes of the phenomena and finally the transcendent reality. When we speaks of awakening of the spiritual conscience we speak of "Illumination".

Another symbol taken into consideration is the Old Wise Man that is the archetype of the Spiritual Guide present in ourselves. The old age is a sign of wisdom and virtue and all the cultures pay honour to the elderls because they represent a long acquisition of experience and reflection.

The dialogue with the Old Wise Man is a psycho-synthetic technique that support to open up connections with the "Self", to make it conscious and its contents clear.