



*Gioiello ugaritico
XV-XIV secolo a.C.*

Psicosintesi interindividuale e cooperazione internazionale

Roberto Assagioli

Dalla lezione del 17.1.1965

Il tema della Psicosintesi interindividuale è di attualità, poiché è direttamente collegato con la Cooperazione Internazionale alla quale è dedicato l'anno 1965, per iniziativa della Organizzazione delle Nazioni Unite e con la collaborazione delle Organizzazioni da essa fondate, quali l'Unesco e altre.

Vi sono vari programmi di attività cooperative su vasta scala e queste naturalmente possono essere svolte solo da grandi organizzazioni con corrispondenti possibilità tecniche e finanziarie. Ma vi è un aspetto della cooperazione di carattere psicologico e spirituale che è necessario, e che in un certo senso rende possibili e garantisce, o per lo meno accresce, gli effetti della cooperazione di carattere esterno. Consiste nell'uso dei metodi psicologici che favoriscono la cooperazione e, non meno importante, nell'eliminazione degli ostacoli psicologici alla sua attuazione. L'importanza dei

mezzi psicologici e spirituali per eliminare i conflitti e per rendere possibile e favorire la cooperazione è stata riconosciuta ed affermata dall'UNESCO, l'Organizzazione Educativa, Scientifica e Culturale delle Nazioni Unite. Tale affermazione è contenuta nel Preambolo dello Statuto dell'UNESCO, di cui ho citato l'anno scorso il primo periodo e che oggi riferisco più ampiamente:

"Dato che le guerre hanno inizio nell'animo degli uomini, è nell'animo degli uomini, che vanno costruite le difese della pace. Dato che l'ignorare i modi di vivere dei vari popoli è stato una causa generale nella storia dell'umanità dei sospetti e della diffidenza, e che le differenze fra essi hanno portato troppo spesso allo scoppio della guerra, dato che l'ampia diffusione della cultura e l'educazione dell'umanità alla giustizia, alla libertà e alla pace sono indispensabili per la dignità dell'uomo e costituiscono il sacro dovere che tutte le Nazioni devono adempiere in uno spirito di mutua

assistenza e spontaneità, dato che una pace basata esclusivamente su schemi politici ed economici, dei governi non potrebbe avere un appoggio unanime, duraturo e sincero da parte dei popoli del mondo, e che perciò la pace deve essere fondata per non fallire sulla solidarietà morale o intellettuale dell'umanità, per queste ragioni è stata creata l'UNESCO."

Un'altra dichiarazione nello stesso senso è contenuta nel bellissimo messaggio che il Direttore Generale dell'UNESCO, René Maheu, ha rivolto a tutti i giovani del mondo. Egli dice:

"Sebbene la Cooperazione Internazionale esiga per essere efficace solida organizzazione e tecniche, essa non potrebbe venir attuata soltanto con questi mezzi. Essa richiede anche, e più, una certa apertura mentale, un certo slancio del cuore, insomma una disponibilità, anzi una vocazione di tutto l'essere, la vocazione della fratellanza umana."

Questo messaggio è pubblicato nel numero di Gennaio del "Corriere dell'UNESCO" che ora appare anche in italiano e del quale consiglio di nuovo la lettura.

A questa opera la psicosintesi può arrecare un efficace contributo. Come sapete, c'è la psicosintesi individuale, l'armonizzazione e l'integrazione della personalità singola, ma vi è anche la psicosintesi inter-individuale, la quale si occupa dell'integrazione e dell'armonizzazione di gruppi di esseri umani sempre più vasti, dalla coppia all'intera umanità. I due generi di psicosintesi vanno svolti contemporaneamente; infatti se non c'è un certo grado di psicosintesi, di armonizzazione negli individui che compongono i gruppi e la comunità, anche la cooperazione fra questi è ostacolata e può esserne addirittura impedita. Come ho accennato in una delle lezioni dell'anno scorso, se una persona ha conflitti in se stessa, cioè se ha due o più sub-personalità in contrasto fra loro, non può

creare un rapporto armonico con gli altri. Se la sub-personalità A si armonizza, s'intende con un'altra persona o con un gruppo, la sub-personalità B invece si oppone ed è in conflitto, o viceversa. Inoltre noi tendiamo a proiettare tanto i nostri conflitti quanto le nostre tendenze aggressive e combattive sugli altri; perciò condizione necessaria di una buona psicosintesi interindividuale è un certo grado di psicosintesi individuale in tutti i componenti.

Ma è vero anche l'inverso: un ambiente familiare, sociale, nazionale pieno di conflitti può ostacolare grandemente la psicosintesi armonica dei singoli, può suscitare conflitti fra gli individui e la società. Vi è pure la pressione e l'invadenza della società, sotto forma di stato, sugli individui (caso estremo: il totalitarismo) e vi è pure la pressione psicologica che porta al conformismo, ad uniformarsi alla mentalità ed ai modi di vivere collettivi. Mentre la maggioranza si adegua passivamente, c'è una minoranza non piccola che reagisce con la ribellione.

Fra gli scrittori eminenti e gli psicologi che hanno più messo in guardia contro il conformismo o hanno alzato la bandiera della libertà e dell'autoaffermazione individuale in senso buono, ricorderò Erich Fromm o Carl Gustav Jung, il quale incita all'"individuazione" di fronte all'asservimento collettivo. Questo è un problema importante di psicosintesi: i giusti rapporti fra individuo e società.

Vediamo ora quali sono le condizioni necessarie per una cooperazione feconda. La prima è la comunicazione.



*"Cielo stellato" - Mosaico
Tomba di Galla Placidia, Ravenna (sec. V)*

Per poter cooperare in modo efficace ed armonico occorre che ci sia un'adeguata comunicazione, tanto fra coloro che collaborano quanto con coloro che ci proponiamo di aiutare. Attualmente i mezzi materiali di comunicazione sono immensi, questo non è il problema; il problema è di comunicare bene. Il comunicare bene richiede due cose: primo, che si comunichino fatti e idee utili, positive, costruttive; secondo, che quello che si comunica venga giustamente compreso.

E' appunto la prima esigenza che, per iniziativa del pan-dit Nehru, diede la spinta

più veritiero se le attività cooperative fossero messe in evidenza o fossimo indotti a pensare che il mondo si regge sulla cooperazione e non sui conflitti."

Questo è un atto di accusa contro tutta la stampa quotidiana e la maggior parte di quella periodica. Se il mondo fosse veramente quale ce lo mostrano i giornali, non potrebbe reggere una settimana. Essi mettono in evidenza sistematicamente le manifestazioni inferiori, morbose e criminali degli individui e dei popoli, ma, come ha detto Nehru, vi è tutto l'altro lato: le attività cooperative di cui i giornali si occupano ben poco di parlare perché non sono sensazionali ma che sono quelle sulle quali si regge il mondo.

Ora, per merito dei "premi di bontà" Motta e di altri, sono rese note dai giornali alcune manifestazioni di solidarietà umana, fra gli umili, fra persone "ordinarie" che talvolta sono veri eroi della cooperazione e della fraternità. Ma quelli resi noti sono poche decine, mentre ce ne sono molti, molti più di quanto si creda. Sono questi umili eroi che sostengono il mondo. Ciò è ovvio, non richiede commenti; ma purtroppo è talmente grande la massa, la fiumana di comunicazioni negative, allarmanti, futili o, peggio, tendenziose o addirittura false, a scopo di propaganda, al servizio di interessi egoistici, individuali e di gruppo, che occorre l'azione di tutti coloro che lavorano in senso costruttivo per arginare e controbilanciare quella fiumana mediante la comunicazione e la diffusione di fatti e di attività che rivelino gli aspetti migliori e

iniziale a stabilire l'Anno di Cooperazione Internazionale.

Ecco le sue significative parole al riguardo, pronunciate all'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 10 Novembre 1961:

"Viviamo in un mondo di conflitti, eppure il mondo va avanti e ciò senza dubbio in virtù della cooperazione fra le nazioni e gli individui. Poco è noto, poco viene detto sulla cooperazione che viene svolta, mentre molto si parla su ogni punto di conflitto. Perciò il mondo è dominato dall'idea dei conflitti esistenti e pensa che viviamo sull'orlo del disastro. Si avrebbe un quadro

superiori dell'umanità.

La seconda esigenza è più complessa e richiede un'opera più approfondita, più sottile, basata su adeguate conoscenze psicologiche e l'uso di tecniche adatte. Vi sono due grandi cause, o gruppi di cause, delle difficoltà o degli errori nella "comunicazione". Primo, l'imperfezione dei mezzi di comunicazione e soprattutto del linguaggio: una stessa parola ha molteplici significati, qualche volta addirittura contrastanti. Un esempio evidente è quella della parola "amore", che significa una quantità di sensazioni, impulsi, sentimenti molto diversi. Questo sarebbe un inconveniente relativo se quelli che usano una parola che ha vari sensi si dessero la pena di indicare volta per volta qual è il significato nel quale la usano. Per usare un inglesismo, dovrebbero "qualificarla", cioè determinare l'uso che ne fanno nel contesto particolare. Ma quasi nessuno si dà la pena di far questo, e non solo non lo fa con gli altri, ma adopera confusamente la parola lui stesso, senza rendersi ben conto di quale significato le attribuisce. Da ciò deriva una quantità di malintesi e di errori di comunicazione.

Il secondo gruppo di cause è la soggettività di chi riceve le comunicazioni. Ognuno capisce, o, peggio crede di capire, a modo suo. Vi sono interpretazioni diverse e molto spesso erronee per ragioni personali, come i complessi emotivi dovuti ad esperienze del passato. Ognuno di noi ad una parola associa, spesso senza rendersene conto, le esperienze positive o negative che ha avuto riguardo a ciò che significa, e quindi la intende in modo

assai diverso. Prendiamo un esempio dei più semplici, la parola "cane"; per alcuni il cane è un fedele amico dell'uomo (c'è chi è arrivato a dire "più conosco gli uomini, più apprezzo i cani"), ma se qualcuno da bambino è stato morso da un cane, la parola evoca l'immagine di qualcosa che può nuocere, di pericoloso, e suscita reazioni di ostilità e di difesa. Perciò, come dice la semantica, il cane A del primo è ben diverso dal cane B del secondo.

Lo stesso avviene, in misura molto maggiore e più complessa, per parole come "amore" che suscitano ricordi e reazioni molteplici, diverse od anche contrastanti.

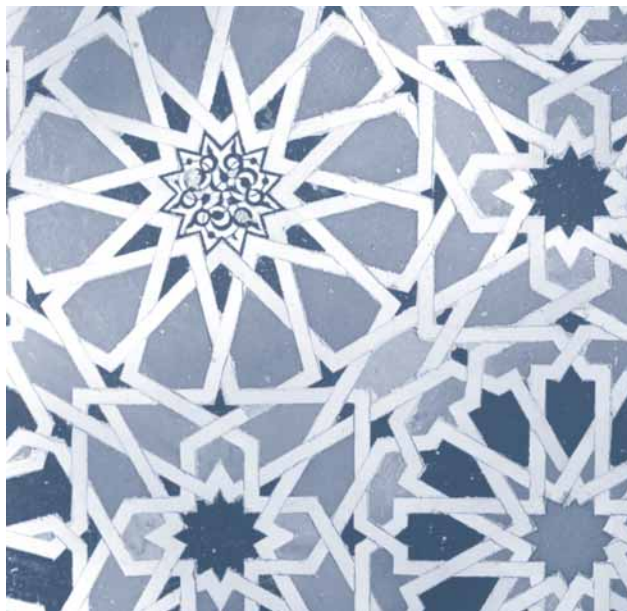
Tutto ciò riguarda le reazioni dovute alla storia personale dell'individuo. Ma vi sono poi i vari tipi psicologici, cioè la varia costituzione psicologica originaria di ognuno, indipendentemente dalle esperienze che ha fatto. E qui le diversità sono grandissime. La prima differenza psicologica, che non è abbastanza consociu-

ta e valutata, è quella fra i sessi, fra uomo e donna. La psicologia maschile o quella femminile sono profondamente diverse. Questo non è sempre evidente, sia per mancanza d'indagine psicologica, sia per il fatto che, fortunatamente in ogni uomo c'è una percentuale femminile, in ogni donna c'è una percentuale maschile. Se queste non ci fossero, uomo e donna sarebbero esseri incomprendibili l'uno all'altro. Altre differenze psicologiche sono quelle tra gli estroversi e gli introversi. Essi hanno un modo tutto diverso di rapportarsi con la vita, col mondo e con gli altri. Gli estroversi -come dice la parola -sono volti al di fuori, verso gli altri sia affettivamente, sia aggressivamente; per loro è il rapporto con gli altri, anche con le cose, col mondo, che ha l'importanza principale. L'introverso invece vive soprattutto nel mondo interno, per lui questo è il più reale, qualche volta quasi il solo reale; di qui grandissime differenze di valutazione, di

atteggiamento, di rapporto con gli altri; perciò l'intesa fra estroversi e introversi è molto difficile. Soprattutto in Italia è un problema arduo per gli introversi che, essendo una minoranza di fronte alla grande maggioranza estroversa, si trovano molto a disagio.

Inoltre vi sono i vari tipi psicologici dovuti al prevalere di una data funzione: sensazione, emozione, pensiero, intuizione, immaginazione, volontà. In un mio scritto sui Tipi psicologici ho messo in evidenza che se quattro persone vedono un paesaggio, vedono quattro cose completamente diverse. Un tipo sensoriale, ad esempio un agricoltore, vede dei poderi e li valuta, un tipo emotivo, immaginativo, ad es. un pittore, vede colori, masse di luce e di ombra; uno scienziato vede delle formazioni geologiche; un mistico vede la manifestazione di Dio nella bellezza della sua creazione. Le relazioni che queste persone potrebbero scrivere sulla loro osservazione del paesaggio potrebbero non contenere quasi una parola in comune. Vi è quindi incomprensione e spesso giudizi critici fra i vari tipi. Per molte persone -come dice Carducci - "il poeta è un perdigiorno che va intorno dando il capo nei cantoni". Viceversa molti artisti disprezzano eccessivamente gli uomini pratici, senza i quali forse non avrebbero da mangiare. Perciò occorre una buona conoscenza della psicologia differenziale per conoscere, valutare e trattare i vari tipi psicologici.

Per la comprensione dei simboli verbali delle parole, c'è una nuova scienza: la semantica -nuova relati-



vamente, poiché anche in passato era stata coltivata, ma sporadicamente ed in modo non sistematico. Per smascherare gli atteggiamenti soggettivi dovuti a esperienze personali occorre una psicoanalisi ben intesa, che può essere anche una autopsicanalisi. Tutto questo riguarda la comprensione che si potrebbe chiamare oggettiva, realistica.

Ma vi è un altro genere diverso e superiore di comprensione, quella del significato profondo, del valore, della funzione di ogni cosa e di ogni essere nell'insieme della realtà, nella vita, nel divenire universale, si potrebbe dire nella sintesi cosmica. Questo implica una concezione della vita e del mondo, diciamo pure una filosofia, questa parola non deve allarmare e suscitare reazioni negative per "complessi" scolastici o d'altro genere. In realtà tutti, anche le persone più semplici, non intellettuali, hanno una concezione del mondo, e quindi una filosofia. Tale concezione è per lo più implicita, quasi inconscia, non chiaramente formulata, ma non di rado emerge in qualche osservazione o commento su se stessi, sugli altri, sugli avvenimenti. Spesso è una concezione negativa, di critica, ribellione, svalutazione della vita; e il suicidio è l'espressione massima della negazione basata sulla incomprensione del significato della vita.

Ancor più spesso la concezione della vita è mutevole, contraddittoria; essa varia a seconda delle circostanze e degli eventi: quando le cose ci vanno bene, si è inclini alla valutazione positiva e all'ottimismo; quando vanno male, si critica e si condanna l'uni-

verso e chi può averlo fatto! Pur senza arrivare a questi estremi, si può dire che in modo più o meno velato o, come si suol dire ora, "sofisticato", avviene così a molti di noi. André Maurois ha detto argutamente: "l'uomo normale cambia di filosofia dieci volte al giorno". Tutto ciò sta ad indicare come la mancanza di concezione coerente, stabile e costruttiva della vita costituisca un forte ostacolo ad ogni cooperazione armonica e feconda.

I tipi ed i gradi della cooperazione sono molti e diversi. In senso generale si può dire che la condizione necessaria per la cooperazione è uno scopo, un proposito comune a cui collaborino vari individui e gruppi.

Si può cooperare partendo da punti, da posizioni lontane o anche opposte, se la nostra azione mira e converge verso uno stesso ideale, verso l'attuazione di uno stesso compito; in altre parole, se si è animati da una stessa volontà. Questo è un punto importantissimo: non occorre essere d'accordo in tutto per cooperare. Basta essere d'accordo nel campo, nell'area in cui si coopera.

Un esempio tipico, direi quasi estremo, di ciò è quello che si potrebbe chiamare il miracolo della unificazione dell'Italia. Essa, prima del 1848, era divisa in vari stati e in parte soggetta ad altre nazioni. Come tutti sanno, l'unificazione è avvenuta soprattutto per opera di quattro uomini: Garibaldi, Cavour, Mazzini e Vittorio Emanuele II. Ebbene, essi non soltanto erano diversi, ma spesso in acuto contrasto tra loro, ma furono tutti necessari: Mazzini fu il cuore e l'anima;

Garibaldi, il braccio; Cavour la mente; Vittorio Emanuele il coordinatore. Erano tutti animati dal proposito di attuare l'unificazione ed ognuno diede il contributo delle sue qualità specifiche. E' stata una cooperazione spesso riluttante, imposta dalle circostanze, che ha fatto l'Italia. Questo esempio è molto incoraggiante, dimostra che si può cooperare anche litigando... fino a un certo punto. Basta lasciare i punti di divergenza, fuori dalla zona di cooperazione.

Naturalmente, l'unione politica e strutturale non è sufficiente a creare la psicosintesi di una nazione (gli attuali avvenimenti in Italia lo dimostrano abbastanza chiaramente). L'unione strutturale è necessaria, ma è soltanto la base della vera psicosintesi della nazione. Ma tale psicosintesi completa non esiste ancora in alcuna nazione.

Anche i gradi della cooperazione possono essere diversi: per il risultato complessivo basta che una parte di ognuno cooperi.

Per ogni individuo, cioè, possiamo avere una misura o quota di partecipazione alle varie attività cooperative. Il numero, la misura ed anche la qualità di queste partecipazioni multiple costituisce uno dei problemi più difficili da risolvere per ognuno di noi. Accennerò soltanto a quello della proporzione della cooperazione che ciascuno può o vuole dare alla vita familiare ed a quella sociale.

Il caso più frequente, almeno fino a poco tempo fa, era quello di dare il massimo posto al gruppo familiare e poco, ed in via subordinata, alle collaborazioni extra-familiari. Ma vi è stata sempre una minoranza

di individui che ha fatto l'opposto, sino a rinunciare alla famiglia: sacerdoti, monaci, missionari, ecc.. Attualmente le attività extra-familiari tendono ad attirare sempre più gli individui. Una proporzione equilibrata è molto difficile; non si possono dar regole, poiché si tratta di un problema strettamente individuale. Si può dire che una soluzione armonica è possibile quando i membri di una stessa famiglia non si chiudono in un egoismo di gruppo, o -come purtroppo spesso avviene- non logorano le loro energie e i conflitti intrafamiliari, ma invece cooperano volontariamente, sia pure in varia misura, ad attività culturali, sociali, umanitarie extra-familiari. Esempi più o meno riusciti di ciò vanno diventando frequenti nella vita moderna, i rapporti tra famiglia e società stanno divenendo più numerosi ed attivi. Essi costituiscono problemi di psicosintesi interindividuale, oggetto di altre riflessioni. □