

Il potere di scegliere

Flavio Facchini

Imparare ad integrare la Volontà Buona nella vita quotidiana, attraverso l'esercizio e l'uso delle essenze floreali, ci permette di realizzare le nostre possibilità latenti.

Siamo tutti bambini che vogliono crescere, diceva Tagore.

Ma tra il dire e il fare c'è di mezzo un mare grande e capriccioso come la volontà, potremmo rispondere.

Tant'è che ognuno di noi sperimenta età che non sono solo funzione anagrafica o fisica, ma anche emotiva, intellettuale, spirituale, ecc. Età sostanzialmente plasmate dal tempo ma anche dai diversi livelli della coscienza e della consapevolezza.

Così sarà capitato a tutti di conoscere persone anagraficamente adulte, in cui fa bella mostra un fisico giovanile ... e un'emotività (timidezza, paure, insicurezza, ecc.) praticamente ferma a livelli infantili!

Ma perchè tirare in ballo la volontà? Perchè quel grande viaggio che è (o dovrebbe essere) la nostra vita, non è governato solo dalle energie fisiche, dal DNA e dall'ossigeno, dagli alimenti e dalle vitamine, per fare dei semplici esempi, che plasmano il fisico appunto, ma anche da energie psichiche alle quali, soprattutto dopo la cosiddetta età della crescita, comunemente collocata tra i 0 ed i 28 anni, è possibile attingere per con-

tinuare a svilupparsi; ma non più sul piano della statura, ma su quello della coscienza.

Ma attenzione, perchè questo evolvere, non rientrando più, come abbiamo detto, nei campi del fisico, ha bisogno di portare a galla, dentro di noi, spinte nuove e coerenti, qualità autenticamente capaci di padroneggiare sugli impulsi istintivi che fino ad allora ci hanno "solo" permesso di "sopravvivere". Solo così la nostra vita può diventare un vero percorso di crescita, solo così possiamo portare armonia, gioia ed equilibrio dentro di noi. E se vogliamo provare a capire da vicino quale di queste qualità sta alla base di questi processi fortemente evolutivi, non possiamo che parlare della volontà!

Non certo tentando di descriverla, perchè come amava ripetere Roberto Assagioli, non è descrivibile in quanto è un'esperienza diretta come, lui stesso portava ad esempio, quella del rosso o del blu, ma prendendone invece piena coscienza come di forza che ad un tratto della nostra esistenza o muta, da forte ad abile e buona, attraverso una catarsi cosciente e dinamica, oppure rischia di assopirsi negli spazi misteriosi e profondi dell'in-

conscio per emergere in spinte incontrollabili che nulla hanno a che fare con i nostri ideali. Proviamo allora a capire come orientare questo mutamento, allo stesso tempo possibile, auspicabile, necessario.

La volontà è soprattutto una qualità dicevamo, un'energia in grado di cambiare la consapevolezza e quindi il rapporto che ciascuno di noi ha con se stesso ed il mondo. Attraverso di essa possiamo innescare il "processo del volere" (will to will), atto fondamentale ed insostituibile per muoverci in maniera cosciente, trasformando le nostre intenzioni dalla fase percettiva a quella realizzativa. Ma per innescare il processo bisogna entrare in contatto, imparare a conoscere questa qualità, che ha il potere di muovere tutte le altre. Un'opportunità che nella cultura occidentale non è certo offerta su un piatto d'argento, che l'ambito educativo ed accademico non si preoccupa di curare, che la società, oserei dire, ignora profondamente. Ed allora solo una formazione extrascolastica e la ricerca personale possono metterci sulla giusta strada. Anche perchè, riflettiamo bene, la volontà non è molto di moda oggigiorno, forse perchè siamo troppo

presi a scimmiettare e consumare modelli preconfezionati dalle leggi del consumismo, o forse perchè legittima reazione ai principi della volontà forte, della forza di volontà per intenderci meglio, che sviluppa più traumi e violenze che soluzioni.

Insomma, la volontà di cui ci stiamo occupando va cercata, imparata, spiegata, sviluppata, allenata, perfezionata e rafforzata, così come avviene ad esempio per la pittura, la musica, lo scrivere, e con la sola differenza che non serve un'attitudine, perchè ciascuno di noi, che ci piaccia o no, è parte di una volontà universale che rappresenta in sè l'attitu-

dine a crescere.

E di solito ognuno scopre, nella forma a lui più congeniale, il percorso più giusto per farlo, nella stessa misura in cui, ad esempio leggendo questo articolo, si può essere invogliati ad approfondirne i contenuti, a comprendere meglio le definizioni, a cimentarsi negli esercizi suggeriti.

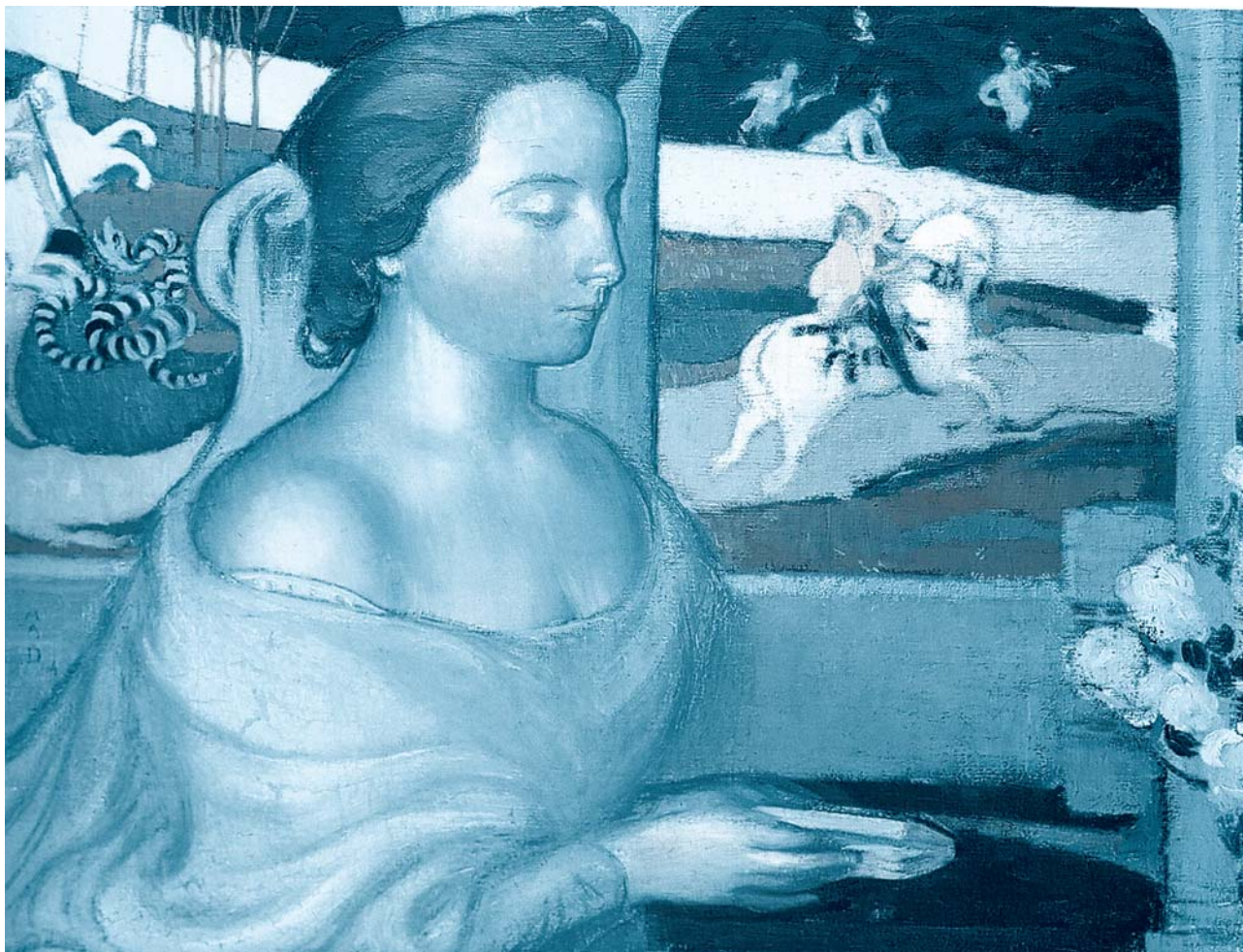
Di fatto entrare in contatto con la volontà psicosintetica è un'esperienza che di solito cambia radicalmente la vita. In primo luogo perchè essa è in grado di regolare e dirigere tutte le altre energie fisiche e psichiche, e poi perchè anche solo parlarne ci fa percepire immediatamente di essere di

fronte ad un fatto assolutamente centrale della nostra esperienza umana, una presa di coscienza capace di porci di fronte a noi stessi in un modo che non è più quello di prima.

Il primo passo, amici, è quello di riconoscerla, di distinguerla, di capirla bene. La volontà non è il pupazzo agli ordini dell'inconscio descritto da Freud, non è autoaffermazione, aggressione, egocentrismo, non è una polarità maschile che forza e obbliga ad agire. E' piuttosto una dama gentile che ci guida fuori dall'indifferenza, dall'apatia, dalla noia, dall'inerzia, con uno slancio buono verso cui proviamo

piacere, perchè ci da subito la sensazione di stare meglio (e non di fare uno sforzo). La volontà abile, oltre a trasmetterci la gioia e la leggerezza del movimento, dell'andare verso la giusta meta, ci permette in ogni momento di modellare il nostro futuro, di scegliere il nostro approccio al destino. Il fatto è che non siamo costruiti per il controllo del mondo che ci circonda, per muoverci come arieti contro tutto quello che là fuori ci appare nemico. Non siamo schegge impazzite che a tutti i costi devono farsi largo fra le difficoltà della vita, ma gocce, semplici gocce che possono imparare a fluire nel grande fiume che

Maurice Denis - La Principessa nella torre -1894



scorre placido verso l'oceano dell'Amore.

Se diveniamo coscienti di questo alla forza di volontà vittoriana, che si esprime in modo rigido e duro dando ordini ed imponendo proibizioni, è possibile sostituire la Buona Volontà, capace di regolare e dirigere in maniera creativa, come un direttore d'orchestra sa fare con i suoi musicisti.

Ed Assagioli, oltre a quella appena citata, usava una metafora ancora più efficace: la forza di volontà ci pone dietro la macchina a spingere faticosamente, la Buona Volontà ci fa entrare nell'abitacolo e con il volante ci guida alla meta.

Con lui non concordo invece quando, forse per modestia, dice che la sua scoperta in molti casi non è così spettacolare; io credo lo sia sempre ed eccome! Forse perché in questa società, più tecnologica e meno umana, è, come dicevamo, sempre meno di moda. A chi la scopre dà sempre una forte emozione, gli scatena sorpresa, gli porta

a galla qualcosa di suo che era sepolto e di cui percepisce immediatamente la qualità buona, ci mette davanti alla forte intuizione di poter finalmente riprendere la strada verso noi stessi, impadronendoci della facoltà di rispondere in modo adeguato al bisogno di soddisfare la gerarchia dei nostri bisogni.

In questo percorso, tipicamente psicosintetico, che ci porta a diventare più amici di parti di noi stessi, possiamo sviluppare la volontà buona seguendo, ad esempio, queste direttrici:

- 1) imparando a riconoscerla;
- 2) scoprendo che ognuno di noi possiede abbastanza volontà per svilupparne di più e che attraverso l'azione essa si autoalimenta;
- 3) trasformando ogni DEVO in un POSSO o in un VOGLIO;
- 4) allenandola attraverso semplici esercizi quotidiani (se sono timido faccio degli atti di affermazione, se sono pigro faccio attività fisica, se lavoro troppo mi fermo a riposare, se

sono incostante persevero). E con gli esempi si potrebbe proseguire all'infinito secondo lo sbalorditivo, e semplice principio di sviluppare costantemente la virtù che gli si oppone descritto da Edward Bach nel suo Guarisci Te Stesso ed i 12 Rimedi Floreali, tenendo presente che è sempre necessario perseverare nell'esercizio ricorrendo ad un facilitatore (così come quando si studiano le lingue non è pensabile progredire studiando ogni tanto ma bisogna applicarsi regolarmente e ricorrere ad un insegnante);

- 5) tenendola sempre viva ed a disposizione in archivi facilmente accessibile della coscienza anche usando la tecnica delle parole evocatrici, in grado di mantenerci vivo e presente il giusto stimolo: (prendere alcuni foglietti e scrivere "BUONA VOLONTÀ" esporli quà e là, come sullo specchio del bagno, la porta d'uscita di casa, la scrivania dell'ufficio, la prima pagina dell'agenda personale, ecc.);

6) usandola continuamente come scelta consapevole, dandogli quindi energia (attenzione) nel modo e nella quantità giusta (vedrete come a poco a poco diventa familiare) tenendo presente che nulla più di una scarsa volontà impedisce alla nostra energia di fluire formando invece gorgi e mulinelli energetici (leggi: blocco dei chakra, disagio, malattia);

7) riequilibrandola con l'uso di Essenze Floreali come Wild Rose, capace di apportare alle nostre cellule disarmoniche la vibrazione positiva della dedizione e della motivazione interiore, virtù che si oppongono all'apatia, alla noia ed all'indifferenza. Ed a questo proposito desidero aprire una parentesi perché i terapeuti, così impegnati ad integrare la personalità umana, facciano uno sforzo ad imparare ad integrare le diverse risorse (energie) a disposizione (come ci ha insegnato il dott. Bach), quelle del counselling con quelle erboristiche e fitoterapiche ad



WYSE è un'Associazione senza scopo di lucro associata all'ONU come ONG.

WYSE sta cercando di realizzare un sogno di Roberto Assagioli : trovare e sostenere giovani di tutto il mondo dotati di visione e consapevolezza e ispirati ad adoperarsi per migliorare la vita sul pianeta.

In questa prospettiva WYSE organizza in Italia un PROGRAMMA INTERNAZIONALE (Luca) dal 22 luglio al 2 agosto 2007 (introduttivo, età 18-32) e uno per giovani fra i 16 e i 18 anni a Caldaro (Bolzano) dal 5 all'11 agosto 2007. Entrambi i programmi sono condotti da un'équipe internazionale di formatori anch'essi

provenienti da diversi Paesi e culture e si svolgono in lingua inglese.

PER PERMETTERE LA PARTECIPAZIONE ANCHE A GIOVANI PROVENIENTI DA PAESI SVANTAGGIATI WYSE HA APERTO UN FONDO BORSE DI STUDIO a cui tutte le persone che desiderano sostenere questa iniziativa possono contribuire inviando la loro donazione a :Associazione WYSE ITALIA c/c n. 08/000094251 Emilbanca Filiale Bologna San Ruffillo ABI 07072 CAB 02401 CIN k o sponsorizzando un giovane partecipante.

Le donazioni sono detraibili dalla dichiarazione dei redditi

Oltre ai due programmi per giovani WYSE organizza un RITIRO PER ADULTI OLTRE I 50 ANNI che avrà come tema : LAVORARE CON LA SAGGEZZA : IL TEMPO e si svolgerà presso La Casa Marcellina sulle colline di Bologna dal 6 al 13 settembre 2007 basato sugli stessi principi del lavoro coi giovani e volto a collegare le due generazioni in un progetto di bene per il pianeta.

Anche questo programma sarà in lingua inglese e sarà condotto da una équipe internazionale.

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi a WYSE Italia

e-mail: info@wyse-italia.org Tel 0039 051 928368 o consultare i siti www.wyse-italia.org e www.wyse-ngo.org

Associazione Wyse Italia WORLD YOUTH SERVICE and ENTERPRISE Associazione di volontariato

iscr. Registro Regionale Volontariato Determ. n.107531 del 26.11.97 Via dei campi n.4 - 40050 Loiano (BO) +39-051-928368

E-mail: info@wyse-italia.org Sito web: www.wyse-italia.org

esempio, perchè ogni individuo, pur lacerato dalle sue moltitudini, è Uno, ed unica, seppur articolata, deve cercare di essere la cura;

8) semplificando i percorsi, perchè spesso il nostro complicare le cose è un modo diabolico per non farle! (e solo essendo semplicemente noi stessi – esercizio terribilmente facile e difficile allo stesso tempo - possiamo veramente realizzarci).

Attraverso queste esperienze diventeremo più consapevoli del nostro potere di scegliere e di operare cambiamenti per rapportarci in modo coerente col mondo. Il risultato è spesso una vita con molti meno conflitti. E se avete letto questo articolo “solo per caso” e sentite il tema centrale, sappiate che, come dice James Redfield ne La Profezia di Celestino, le coincidenze hanno il compito di farci avanzare incontro al nostro destino. ■



How can we succeed in turning our will towards its peculiar characters of goodness and wisdom?

In order to take up this action we have to learn to come in contact with this function, whose main peculiarity is to move all the other functions together.

So we have to look for it ,to recognize it just because through the action it nourishes itself keepsit alive and available.

We have to train ourselves I using it as a conscious choice attending and taking care of it.

Our will drives us out of unconcerned and apathetic attitude.

Our will gets joy and nimbleness of movements .

Our will can give us the opportunity of choosing how to approach our destiny .



WYSE is a non-profit organization associated to the U.N. as an N.G.O.

WYSE is actualizing a dream of Roberto Assagioli : to find and support young people from all over the world who have vision and awareness and feel inspired to work towards a better world.

Within that perspective, WYSE organizes an international youth programme in Italy (Lucca) from 22nd July to 2nd August 2007 (introductory for ages 18-32) and a Programme for 16-18 years old at Caldaro (Bolzano) from 5th to 11th of August. The programmes will be led by an international team of experienced trainers

from all over the world.

For information and applications contact WYSE ITALIA e-mail info@wyse-italia.org Tel/fax 0039 051 928368 or look up the web site HYPERLINK <http://www.wyse-ngo.org> www.wyse-ngo.org

IN ORDER TO HAVE PARTICIPANTS FROM DISADVANTAGED COUNTRIES WYSE HAS SET UP A BURSARY FUND TO WHICH ALL THOSE INTERESTED IN SUPPORTING THIS INITIATIVE ARE INVITED TO CONTRIBUTE sending their donation to Associazione WYSE ITALIA c/c 08/000094251 Emilbanca Filiale Bologna San Ruffillo ABI 07072 CAB 02401 CIN k or sponsoring a young participant.

Besides the two youth programmes WYSE also organizes a retreat for adults over 50 based on the same principles and aiming to connect the elder and the younger generations . Its theme will be: WORKING WITH WISDOM : TIME and will be held at Casa Marcellina on Bologna hillside from 6th to 13th September 2007.

Associazione Wyse Italia WORLD YOUTH SERVICE and ENTERPRISE Associazione di volontariato
iscr. Registro Regionale Volontariato Determ. n.107531 del 26.11.97 Via dei campi n.4 - 40050 Loiano (BO) +39-051-928368
E-mail: info@wyse-italia.org Sito web: www.wyse-italia.org