

# *Il buonumore come filo di Arianna per addentrarsi nel labirinto*

## *Good mood as an Ariadne's thread to enter the labyrinth*

Rossella Passavanti

***“Quando la mente esplora il simbolo, essa viene portata a contatto con idee che stanno al di là delle capacità razionali”.***

### IL LABIRINTO

Tutti conosciamo, anche se solo intuitivamente, il significato del termine “labirinto”. Infatti, al di là della definizione che troviamo sul vocabolario<sup>2</sup>, il labirinto è soprattutto un simbolo<sup>3</sup>.

Indubbiamente esistono due piani sui quali il simbolo si muove e agisce e lo si può “vedere”: uno così detto reale nel quale il simbolo esprime ciò che è senza perdere la sua caratteristica originaria (l’albero può essere considerato sacro, ma rimane pur sempre albero); uno condizionabile e condizionato dal contesto culturale, storico e geografico nel quale il simbolo è inserito.

Certo è difficile dire cosa lascia l’osservazione di un simbolo in colui che osserva, anche perché a questo processo sottende una riflessione più matura sullo strumento di crescita rappresentato dal simbolo stesso, l’immagine ha bisogno della nostra esperienza per destarsi.

I labirinti con le loro simbologie e conseguenti teorie sono sistemi complessi. Ritengo che l’uomo moderno sia abituato a procedere in forma assolutamente binaria, ossia per sì o no

***“When the mind explores the symbol, it is brought to contact ideas beyond any rational skill”***

### THE LABYRINTH

*Everyone knows, although just in an intuitive fashion, the meaning of the term “labyrinth”. Actually, beside the lexical definition, the labyrinth is mainly a symbol. Undoubtedly we can “see” the two plans which the symbol moves and acts on: the first one, the so-called real plan in which the symbol expresses its meaning without losing its original feature (the tree can be considered sacred, anyway it is still a tree); the second one, the conditionable plan, affected by the cultural, historical and geographical context where the symbol is inserted in.*

*It is difficult to say what the observation of a symbol leaves in the observer because a more mature reflection on the growth instrument represented by the symbol itself underlies this process; the rising of the image needs our expertise.*

*Labyrinths with their symbology and resulting theories are complex systems. I think that modern man is in the habit to proceed in an absolutely binary form – yes/no – (i.e. the “good”, always discrete and changing, that brings to deny*

(vale a dire per il “buono” – sempre distinto e mutevole – che porta però a negare il “male” che è implicito in qualsiasi manifestazione). È il prodotto della sua programmazione storica e con questi parametri crede di essere perfettamente in grado di poter giudicare e avvalorare tutto, senza comprendere che è una vittima del suo condizionamento. Pertanto l'erronea semplificazione di positivo o negativo (buono o cattivo), escludendo sempre l'uno in beneficio dell'altro, non è altro che un errore, dato che le qualificazioni di cui si tratta sono valide solo da un punto di vista – ignorando il contrario – e sono soggette alla relatività del tempo. Ciò che è cattivo oggi è il buono di ieri, e ciò che oggi potrebbe considerarsi buono, è stato cattivo in tempi passati.

Come già enunciato, il simbolo si muove e agisce su due piani. Ciò è accaduto anche per il simbolo del labirinto che nella prospettiva medioevale - cristiana ha una struttura unicursale, in altre è multicursale.

Nel labirinto unicursale non ci sono inganni o stratagemmi, ma l'artefice vuole solo impedire una visione d'insieme fino a quando non si sia compiuto il percorso dall'esterno all'interno e viceversa. Il centro diventa lo scopo del viaggio, di un percorso già segnato e protetto perché lo schema è predeterminato. Infatti, il credente medioevale chiede a Dio di stare nel labirinto affinché questo suo percorso sfoci nel suo giusto centro (Cristo). Il labirinto unicursale rappresenta la “cecità del procedere della vita umana”<sup>4</sup> che si estrinseca in un atto di fede. Viceversa, quello multicursale è atto a rappresentare la metafora della scelta in cui gioca la capacità dell'individuo, il quale pur non essendo in grado di prevedere l'esito del suo cammino, comunque sceglie. L'individuo è all'interno del labirinto stesso e deve sapersi orientare, capire dove si trova per raggiungere il centro, la meta. Nessuno, però, conosce la ragione dell'esserci dentro e l'accettare di essere invischiato, quasi attratto, nei suoi meandri. Nel labirinto multicursale l'artefice crea trucchi ed espedienti, atti a complicare il meccanismo e ad accentuare l'importanza del momento della scelta e della ricerca, con schemi alternativi e nuovi, ricerca che troverà il suo completamento nel raggiungimento della meta e nel successivo ritorno alla realtà. Il labirinto si staglia fra i simboli più importanti, soprattutto se lo consideriamo in relazione al processo della conoscenza e se lo vinciamo con una tappa dell'evoluzione e alle prove che l'anima deve affrontare e soffrire nel suo riformarsi psicologico. Questo simbolo, infatti, in cui l'anima si perde e deve trovare necessariamente l'uscita, presuppone un'imprescindibile idea di orientamento senza la quale non è possibile trovare la via che liberi l'uomo dalla confusione e dal sentirsi irrimediabilmente perso.

L'etimologia del termine labirinto è ancora incerta. Alcuni lo fanno derivare da “labris”, l'ascia bipenne di pietra venerata a Cnosso in quanto attributo di Zeus Ideo e riprodotta nella reggia di Minosse. Un'altra etimologia che io ritengo più interessante e pertinente con i ragionamenti che andrò sviluppando, fa derivare questo termine da “labra” o “laura”, termini che stanno ad indicare la caverna, la miniera con i suoi cunicoli. Da sempre la discesa nelle viscere della terra

*the “evil” that is implicit in any event). This habit is due to an historical programming and man believes to be fully able to judge and evaluate everything through these parameters, unaware to be a victim of his conditioning. Therefore, the excessive simplification of positive or negative (good or bad) always excluding the one in favour of the other, is nothing but a mistake, given that any qualification is valid only from a single point of view – ignoring the opposite – and is subjected to the relativity of time. What is bad today was good yesterday, and what could be considered good for today, was bad in past times.*

*As above stated, the symbol moves and acts on two levels. This is also the case for the symbol of the labyrinth, that under the medieval-christian perspective has an unicursal structure, otherwise it is multicursal.*

*In the unicursal labyrinth there are no tricks; the builder wants just to prevent an overall view until the route from outside to inside and viceversa has been completed. The centre is the goal of the journey, a formerly marked and protected path given that the scheme is predetermined. Indeed, the medieval believer asks God to remain in his labyrinth so that this path leads to the right centre (Christ). The unicursal labyrinth represents the “blindness of the progress of human life” expressing itself as an act of faith. Conversely, the multicursal labyrinth is likely to represent the metaphor of the choice, evidencing the role played by the skills of the individual which however chooses, even if unable to predict the outcome of his journey. The voyager is inside the labyrinth itself and must find his bearings, understand his position, in order to reach the center, the goal. However, nobody knows the reason to be there, to accept the involvement, the attraction exerted by those meanders. In the multicursal labyrinth, tricks and gimmicks created by the architect complicate the mechanism and accentuate the importance of a proper selections' timing and a strategy based upon alternative schemes; the completion of the research will be the achievement of the goal and the subsequent return to reality. The labyrinth stands out among the most important symbols especially if we relate it to the process of knowledge. We can link it to an evolutive stage and to the trials that a soul has to face and suffer in her psychological reform. In fact, this symbol, where the soul gets lost and must necessarily find the exit, presupposes the idea of an orientation which is essential to free man from the confusion and the feeling to be hopelessly lost.*

*The etymology of the term labyrinth is still uncertain. Some authors derive it from “labris”, the stone axe venerated at Knossos as an attribute of Zeus Ideo and reproduced in the palace of Minos. Another etymology I consider more interesting and relevant to the arguments I will go developing, is derived from the term “labra” or “laura”, meaning the cave, the mine with its tunnels. The descent into the earth bowels always brings back to a initiatory process aimed mainly to forging a new individual assigned to a great enterprise. We can fully agree, in this sense, with Mircea Eliade's statement of a return toward the undifferentiated,*

riporta ad un processo iniziatico finalizzato soprattutto a forgiare un individuo nuovo destinato alla realizzazione di grandi imprese. Si condivide pienamente, in tal senso, l'affermazione di Mircea Eliade di un ritorno all'indifferenziato, un "regressum ad uterum" che dona la purezza originaria. Il labirinto rappresenta un itinerario pericoloso e difficile: nei suoi meandri, senza giusta guida, è facile perdersi e nell'oscurità senza fine della sua caverna, se essa non viene debitamente illuminata, può nascondersi un orrore inimmaginabile<sup>5</sup>.

Però è nota anche la risolutiva associazione simbolica fatta da Guenon fra caverna e cuore i quali rappresentano i centri dai quali si irradia la vita<sup>6</sup>.

Il simbolo riunisce ciò che è disperso e nella sua potenzialità dinamica ascendente e discendente costituisce un insieme di conoscenze. Sulla scia di questa via labirintica possiamo fare riferimento a tre aspetti: una via di ricerca dell'uomo che descrive contemporaneamente una possibile trasformazione della sua psiche e del mondo; una via del linguaggio attraverso cui il mito trasmette un messaggio implicito; una via matematico-geometrica. Queste tre vie si definiscono e completano a vicenda trovando un valido senso solo nel loro insieme. Questi tre aspetti, così apparentemente diversi, necessitano probabilmente di una chiave che spieghi lo schema del labirinto e ne colleghi all'uomo, implicitamente, le forme<sup>7</sup>.

La Psicosintesi<sup>8</sup> in proposito fornisce un itinerario interiore che ci consente di metterci in contatto con i meandri del labirinto-uomo, con la parte più profonda di noi stessi. L'uomo che superficialmente vede i mutamenti della propria vita e si lascia condurre da essi, identificandosi via via nei volubili contenuti della propria coscienza può divenire l'uomo che, trovandosi di fronte al proprio labirinto interiore, al proprio crogiolo di impulsi, sensazioni e sub-personalità<sup>9</sup>, si osserva con attenzione e si addentra nei suoi cunicoli con circospezione sì, ma con coraggio, utilizzando questa qualità che gli deriva dal cuore. L'individuo, il più delle volte, non è consapevole dei suoi cambiamenti repentini e passa altalenando e identificandosi, da una sub-personalità all'altra. Processo non facile che comporta l'impervia discesa verso il centro del labirinto al fine di conoscersi ed acquisire

a "regressum to uterum" that gives the original purity. The labyrinth is a dangerous and difficult journey; without a proper guidance, it is likely to get lost in its meanders, and the absolute darkness of his cave, if not properly enlightened, can hide an unimaginable horror.

But it is also known the resolving symbolic association made by Guénon between cave and heart: both of them represent the centres which life radiates from.

The symbol joins what is scattered and in its dynamic potential, ascending and descending, contains a body of knowledge. Following this labyrinthine path, we can refer to three aspects: a way of research, which describes a possible conversion of both the psyche and the world; a communicative way through which the myth send an implicit message; a mathematic-geometric way. These three routes define and complement each other by finding a valid sense only in their unity. These three aspects, so apparently different, probably need a key to explain the labyrinth pattern and to link implicitly its forms to man.

In this respect, the Psychosynthesis provides an inner journey that enables us to keep in contact with the meanders of the labyrinth-man, with our deepest part. The man who superficially sees the changes in his life and lets him to be led by them, the man who is identified in the impermanent contents of his conscience, can become the man

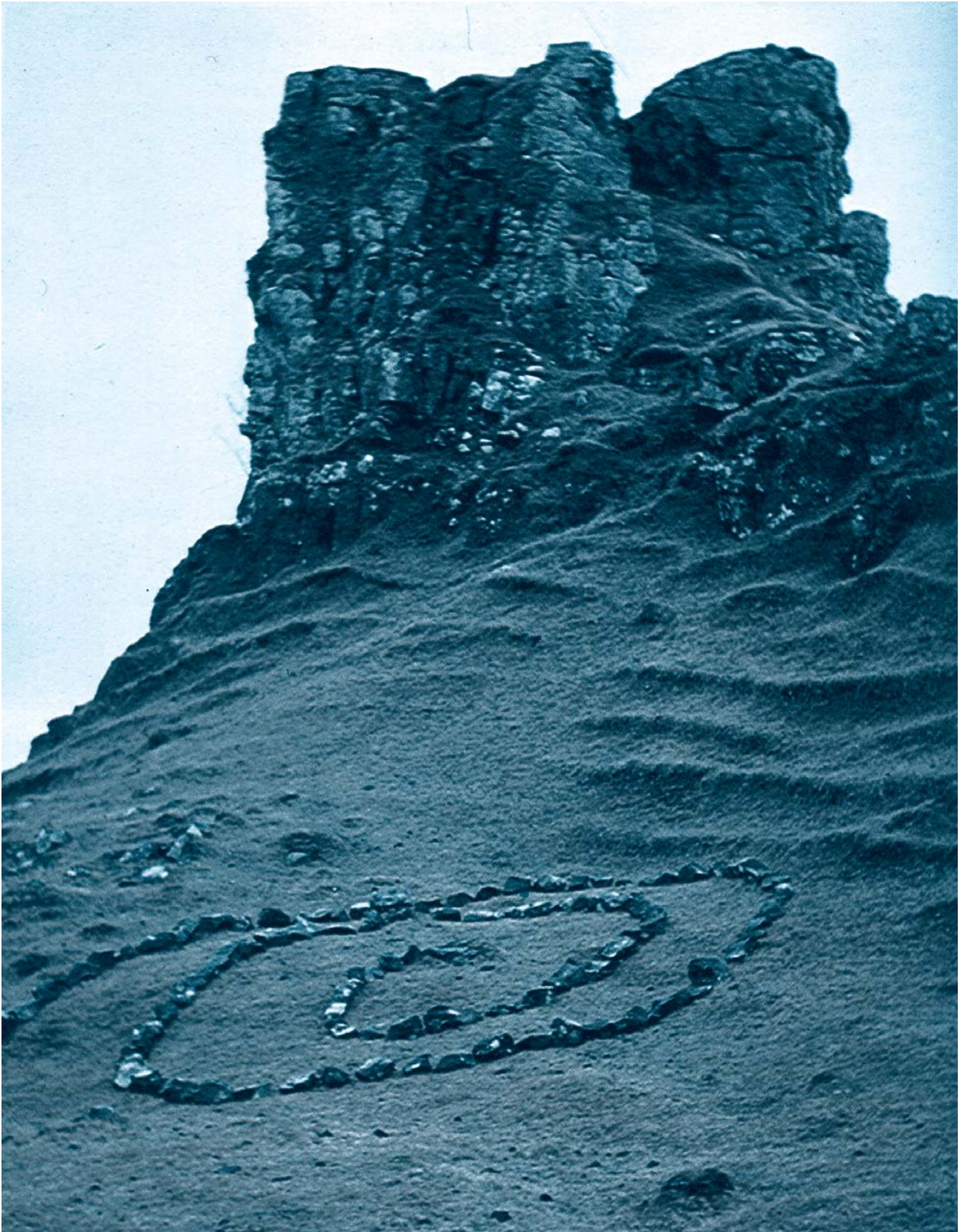
who, being in front of his inner labyrinth, the melting-pot of his impulses, feelings and sub-personalities, may look in with accuracy and wander in its tunnels with circumspection, and with courage too, using this attribute coming from the heart. Often the individual is unaware of his rapid changes and goes on alternating his identification now in a sub-personality and now in another one. It is a difficult process, the impervious descent in the centre of the labyrinth, towards the self-knowledge and the awareness of each part, reaching the core of ourselves (the cave), identifying it as the unique centre of the self, and finally the return to the relationship with the outside world (out of the labyrinth), along roads and tracks which are known and possessed with a clear conscience of the acquisition of a transformative power.

This complex path requires the mandatory involvement

**Luca Signorelli, Orvieto - Duomo  
Cappella di Brinzio, 1499 - 1502, particolare**



*Labirinto - Glastonbury - Scozia*



consapevolezza di ciascuna propria parte, raggiungere il nucleo di se stessi (la caverna) e individuarlo quale unico centro di autocoscienza e, infine, ritornare alla relazione col mondo esterno (uscita dal labirinto) percorrendo strade ormai note e tracciati conosciuti e posseduti con la coscienza di aver acquisito il potere della trasformazione.

Questo percorso così complesso presuppone l'indispensabile entrata in campo della volontà in qualità di funzione dinamica dell'Io. Porre in essere la volontà significa per ciascun uomo attivare una funzione psichica con la quale si tende alla saggezza e si coltiva l'amore per se stessi e per gli altri. Nel labirinto cretese Arianna è il "maestro" per Teseo e con il suo filo, simbolo del suo amore, lo conduce per entrare ed uscire dal labirinto. Ciascun essere umano può cercare il suo "maestro" che lo conduca per gli impervi e sconosciuti sentieri. Io propongo come filo d'Arianna il buonumore quale sorgente del sorriso e "fratello minore della gioia"<sup>10</sup>, ingrediente che, sapientemente dosato, è capace di svolgere una azione "dinamogena" nella nostra psiche. Questo "dinamos" si manifesta "con una generale esaltazione della nostra personalità, spingendola al "riconoscimento delle nostre superiorità", perché ridere di una cosa è in fondo riconoscere, come dice Assagioli, la "nostra indipendenza morale da essa", il che equivale a porsi in una posizione di distaccato giudizio e a "considerare le cose dall'alto"<sup>11</sup>. In tal modo il sorriso diventa un istante di saggezza perché è questo il livello di coscienza del saggio. Il buonumore diventa, pertanto un balsamo catartico, una confortante energia benefica, un aiuto nei momenti difficili. Infatti, molte situazioni difficili della vita che potrebbero farci perdere negli anfratti del labirinto, possono assumere con il buonumore un tono di levità che ci riporta sul cammino.

Chiaramente per coltivare il buonumore e l'armonia non è sufficiente la consapevolezza dei nostri ostacoli interiori, ma è necessario porre in essere anche delle tecniche attive. Non come rassegnazione, quindi, bensì come modalità "per cooperare con l'inevitabile"<sup>12</sup>.

Ciascuna sub-personalità, poi, trova dentro di noi un opposto frustrato e inibito. Queste ambivalenze individuali, sempre presenti in natura, devono costituire per ciascun individuo una fonte di ricchezza. I poli, infatti, sono uguali e opposti, ed insieme rappresentano la completezza. Se ci accorgiamo della presenza di un polo ipertrofico, questo deve essere rivitalizzato e non negato al fine di lasciar fluire liberamente l'energia vitale da un estremo all'altro, al fine di conquistare continuamente un nuovo e dinamico riequilibrio e la piena integrazione ed inclusione. Infatti, il senso della nostra identità deriva, anche, dal riconoscimento che facciamo delle nostre parti in opposizione. Lo suggerisce anche Giordano Bruno che occorre chiudere le contraddizioni con la coincidenza degli opposti: "in tristitia ilaris, in ilaritate tristis".

Il labirinto interiore, quindi, secondo me va affrontato con consapevolezza (funzione statica dell'Io), con volontà (funzione dinamica dell'Io), ma anche con leggerezza e gioia. ■

*of the will as a dynamic I function. For each man, to put in place the will has the meaning to activate a psychic function trending to cultivate wisdom and love for oneself and for the others. In the Cretan labyrinth, Ariadne is the "master" for Theseus and by means of her thread, symbol of her love, she leads him to enter and exit the labyrinth. Each human being can seek for his "master" that leads the individual to inaccessible and unknown paths. I propose good mood as Ariadne's thread, good mood as the source of smile and the "younger brother of joy", ingredient that when wisely measured could perform a "dynamogen" action on our psyche. Such a "dinamos" occurs "with a general exaltation of our personality" prompting "the recognition of our superiority", because to laugh upon a thing is basically to recognize, as Assagioli says, "our moral independence from it": that is, to put ourselves in a position of detached judgement, being able to "consider things from above". So, a smile becomes a moment of wisdom because this is the level of consciousness of a sage. Good mood becomes therefore a cathartic balm, a comforting healing energy, an aid in difficult times. Indeed, thanks to good mood many life situations, which could make us get lost in the ravines of labyrinth, can assume a lightness that brings us back on the road.*

*Of course, the awareness of our inner obstacles is not enough to develop good mood and harmony; some active techniques need to be used. Rather than resignation, it is a way "to cooperate with the inevitable".*

*Moreover, each sub-personality encounters its frustrated and inhibited opposite within us. This natural ambivalence should be a source of wealth for each individual. The poles, in fact, are equal and opposite, and together they represent completeness. If we realize the presence of a hypertrophic pole, we must revitalize and not deny it to free the flow of vital energy from one extreme to another, in order to continually achieve a new and dynamic balancing and a full integration and inclusion. Indeed, our sense of identity stems also from the recognition of our opposite elements. Giordano Bruno suggests the necessity to conclude every contradiction with the coincidence of opposites: "in tristitia ilaris, in ilaritate tristis."*

*So, in my opinion, the inner labyrinth should be dealt with awareness (static I function) and will (dynamic I function) but also with lightness and joy. ■*

- 1) C.G.Jung op. cit.
- 2) Devoto-Oli "Labirinto: leggendaria costruzione architettonica dell'antichità caratterizzata da una pianta così complicata e tortuosa da rendere difficile l'orientamento e quindi l'uscita ..."
- 3) Dal latino "symbolum": contrassegno; Dal greco "symballo": metto insieme.
- 4) G. Massola – F. Vanni "Il labirinto di Pontremoli" ed. Gli Arcipressi Firenze-2002
- 5) L. Pruneti "La caverna e il labirinto" [www.edicolaweb.net](http://www.edicolaweb.net)
- 6) R. Guenon "Simboli della scienza sacra" Milano 1994 p.185-188
- 7) P. Conty "Labirinti" ed. PIEMME 2003
- 8) Da una lettera scritta da Roberto Assagioli in data 11-11-1967 e riportata da Alberto Alberti in "Psicosintesi e oltre" ed. L'Uomo Firenze 2007.
- 9) A. Alberti "Psicosintesi e oltre" ed. L'Uomo Firenze 2007: "Le sub-personalità sono delle immagini di sé, corredate di emozioni, pensieri e comportamenti corrispondenti: sono dei veri e propri "personaggi" interiori ed esteriori, con cui l'uomo si identifica e che "impersona" ed utilizza a seconda delle varie situazioni esistenziali. Ciò spiega perché l'essere umano si comporti come se fosse una persona diversa in momenti e situazioni diverse".
- 10) R. Assagioli "Per vivere meglio" Ist. Psicosintesi Firenze 1993
- 11) A. Berti "Roberto Assagioli - Profilo biografico degli anni di formazione" Ist. Psicosintesi Firenze 1987
- 12) R. Assagioli "Per vivere meglio" ed. Ist. di Psicosintesi Firenze 1993

## Bibliografia

- Alberti A. "Psicosintesi e oltre" ed. L'Uomo Firenze 2007
- Assagioli R. – lezione II "La costituzione bio-psichica dell'uomo" Ist. di Psicosintesi Firenze 1963
- Assagioli R. "Per vivere meglio" Ist. Psicosintesi Firenze 1993
- Berti A. "Roberto Assagioli - Profilo biografico degli anni di formazione" Ist. di Psicosintesi Firenze 1987
- Centini M. "L'esoterismo e i suoi simboli" ed. De Vecchi Milano-2000
- Conty P. "Labirinti" ed. PIEMME 2003
- De Paolis D. "L'io e le sue maschere" ed. Ist. di Psicosintesi Firenze 1996
- Devoto-Oli "Dizionario della lingua italiana" ed. Le Monnier 2005
- Eneide L. IV 42-45
- F.I. "Il labirinto e il Minotauro" [www.triesterivista.it](http://www.triesterivista.it)
- Freud S. "Motto dello spirito" Vienna 1905
- Guenon R. "Simboli della scienza sacra" Milano 1994 p.185-188
- Guenon R. "Iniziazione e realizzazione spirituale" ed. di Ar 1988
- Massola G. – F. Vanni "Il labirinto di Pontremoli" ed. Gli Arcipressi Firenze-2002
- Pruneti L. "La caverna e il labirinto" [www.edicolaweb.net](http://www.edicolaweb.net)
- Thich Nhat Hanh "Spegni il fuoco della rabbia" ed. Mondadori 2002
- Toller G. "Simbologia e psicosintesi" Ist. di Psicosintesi di Milano-1995