

LIBRI IN VETRINA

Esiste l'anima? Se esiste, qual è la sua natura? Qual è la sua origine, la sua mèta, quali le sue caratteristiche? Può esistere una scienza dell'anima?

È possibile rinvenire, pur nella varietà delle molteplici testimonianze, aspetti strutturali comuni a tutte le esperienze dell'anima descritte da chi ritiene di averle vissute?

Sulla scia dell'ottica della Psicosintesi, l'Autore si propone di evidenziare e mettere a fuoco gli aspetti fondamentali dell'esperienza centrale della vita umana: quella della nostra identità autentica e profonda, della vera essenza, che Assagioli, Jung ed altri studiosi indicano con i termini "Sé" o "anima".

56

Vengono descritti, in questo libro, gli aspetti dinamici, strutturali, funzionali, evolutivi e sensoriali di tale esperienza. Ci si sofferma anche sugli aspetti espressivi e comunicativi: la voce dell'anima viene ricevuta e avvertita dall'essere umano come un suono di richiamo, una vibrazione di coscienza e di sentimento, una parola d'amore che ci attrae e ci invita a sé ("chiamata").

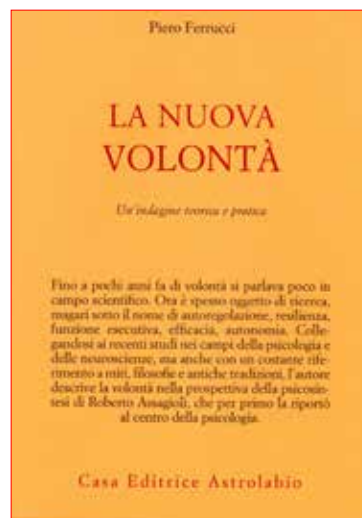
Infine si dà rilievo al fatto che l'anima non è il vissuto di un qualcosa situato in spazi lontani, trans-umani e trascendenti, ma un'esperienza semplice, rinvenibile nel quotidiano, immanente nella condizione esistenziale: il dispiegarsi pieno e totale della stessa umanità dell'uomo.

A differenza di pensieri ed emozioni, che possono essere antichi e radicati, la volontà nasce ogni volta nuova. Usarla ci riconduce al qui e ora, al centro di noi stessi. La volontà descritta in questo libro è nuova anche perché si differenzia radicalmente dal concetto antico della volontà come atteggiamento forzoso e autoritario. Qui la volontà è descritta nella prospettiva della psicosintesi di Roberto Assagioli, che per primo la riportò al centro della psicologia. Fino a pochi anni fa di volontà si parlava poco in campo scientifico. Ora è spesso oggetto di ricerca, magari chiamata con un altro nome: autoregolazione, resilienza, funzione esecutiva, efficacia, autonomia. Non stupisce che della volontà e dei suoi molti aspetti si parli in vari ambiti: è alla base delle nostre scelte, e, più di ogni altra funzione psichica, rappresenta ciò che noi siamo e ciò che vogliamo diventare. Un deficit di volontà può produrre disagi, squilibri e patologie. Può portare a un senso di scoraggiamento e inferiorità, a un'insicurezza cronica, a un'inconcludenza e a una frammentazione che minano la nostra esistenza. Ma il rimedio c'è. La volontà può essere sviluppata, e questo libro mostra alcune delle maniere in cui ciò è possibile, fornendo anche esempi e tecniche per facilitare questo compito.

Una volontà integra ed efficace può diventare la base di un nuovo inizio nella vita di ognuno, può aiutarci nei nostri progetti e nei nostri rapporti, e anche essere utile a chi percorre un cammino spirituale.



NEL CUORE DELL'UOMO
Scritti sull'anima
Alberto Alberti
Ed. L'UOMO, Firenze 2014



LA NUOVA VOLONTÀ
Piero Ferrucci
Ed. Astrolabio 2014