

IL POTENZIALE DEL GRUPPO UMANO

*Qual è il ponte tra l'individuale e l'Universale?
È il gruppo - possiamo arrivare alla
coscienza di gruppo. Possiamo prima unificare noi
stessi anche con un solo altro individuo
nell'aspetto più alto dell'amore, poi possiamo unirci
ad un piccolo gruppo, poi ad un gruppo più grande,
sempre più grande e poco a poco con gruppi
sempre più vasti finché non raggiungiamo
un certo grado di consapevolezza universale⁽¹⁾*

Roberto Assagioli

Proviamo a pensare alle cose più belle che abbiamo realizzato nella vita. Gran parte di esse le abbiamo fatte assieme a qualcun altro. Non sono realizzazioni individuali, bensì collettive, di gruppo, almeno di due persone. Sono poche le cose che possiamo realizzare da soli. I sogni più belli della vita li conseguiamo assieme ad altri. Se ci pensiamo, nessun grande cambiamento è avvenuto per opera di singoli individui. Gesù Cristo stesso ha dovuto formare un gruppo, e così il Buddha. Assagioli ha creato i Centri di Psicosintesi.

I grandi cambiamenti possono essere veicolati attraverso i gruppi.

L'individuo cresce e si sviluppa nella famiglia e nella comunità, all'interno del genere umano, sostenuto da altri regni della natura: questo è il contesto dal quale emerge. Il percorso di psicosintesi porta all'individuazione e allo sviluppo delle potenzialità individuali. Tuttavia, se non si sviluppa una coscienza di gruppo, l'individuo rimane nel suo egocentrismo, nel bisogno di autoaffermarsi e "avere ragione", isolato dagli altri.

Assagioli disse: "L'autocoscienza è umana ma non è spirituale. [...] L'autocoscienza è il punto al centro della coscienza [...] vuol dire coscienza del proprio ego personale, dei propri interessi, dei propri piaceri, quindi non ha nulla di spirituale per se stessa. Il Sé invece è un'altra cosa, è tutto un altro livello. [...] L'autocoscienza normale è separativa, egocentrica, conservatrice"⁽²⁾.

E scrisse: "[...] la realizzazione del sé centrale non è tutto ciò che c'è da scoprire. Infatti, in un certo senso, è solo l'inizio, poiché, avendo raggiunto la consapevolezza

dell' "Io" centrale il quale, è in un primo momento naturalmente e giustamente centrato su se stesso e separativo per poter asserire la propria identità individuale unica e separata, ci accorgiamo che non è abbastanza, e che vi sono altri e più alti stati di coscienza con cui identificarci. Questi stadi [...] includono il riconoscimento del sé negli altri, la coscienza di gruppo e la realizzazione del Sé Superiore o Spirituale"⁽³⁾.

È necessario, perciò, trascendere l'io personale, in quanto l'auto-individuazione contiene in sé una forma di separatività. Lo sviluppo dell'individuo passa attraverso la coscienza di gruppo, la collaborazione e l'interdipendenza, quali superamento dell'egocentrismo, dell'isolamento e dell'individualismo.

I gruppi, come gli individui, attraversano alcuni stadi evolutivi. Un gruppo può essere più o meno evoluto, e come può evolversi può anche involversi.

Da che cosa dipende il benessere in un gruppo? Dagli aspetti che caratterizzano i "retti rapporti umani"⁽⁴⁾: dal grado di accettazione reciproca, fiducia, sicurezza, intesa mentale, responsività emotiva e comprensione interpersonale. In altre parole, dall'armonia interpersonale.

Per questa ragione lo sviluppo della psicosintesi interindividuale è indispensabile per la creazione di gruppi fondati sui retti rapporti umani⁽⁵⁾.

Che cosa rende forte un gruppo? Un gruppo non sta insieme solo perché al suo interno c'è benessere, ma anche perché collabora attivamente per raggiungere gli obiettivi di gruppo. Diventa forte quando si superano insieme le difficoltà per raggiungerli. In altre parole, il senso di forza dipende dal grado di coscienza di gruppo, collaborazione, sostegno reciproco, riparazione e padronanza nel superare e trasformare le difficoltà interne ed esterne, e dal raggiungimento compartecipe degli obiettivi comuni.

Il fatto che si possano vivere assieme alcuni ideali e raggiungere alcuni scopi crea la psicosintesi del gruppo. Essa si sviluppa grazie alla condivisione degli ideali, degli scopi e dalla volontà di realizzarli in modo compartecipe. La qualità di tale psicosintesi, ovviamente, è diversa secondo il grado di evoluzione del gruppo.

Un gruppo evoluto è quello che ha sviluppato una coscienza unanime ed è in contatto con l'Anima del gruppo. Come esiste un Sé individuale, altrettanto esiste un Sé del gruppo. Questo Sé non è la somma delle anime che lo compongono: è qualcosa di più e di diverso.

Ogni gruppo ha una propria Anima. Questa impronta, quest'Anima, è indipendente dai membri che lo compongono. Quando si entra in un gruppo si entra in un campo di coscienza, in cui ognuno è influenzato da quest'Anima. Essa prosegue anche quando i membri entrano ed escono dal gruppo. Anche la Psicodinamica ha un'Anima che permane nonostante vi siano persone che vanno e vengono, entrano ed escono da essa.

Quanto si è più in contatto con l'Anima del gruppo, attraverso una coscienza unanime, tanto più il gruppo è evoluto.

Il gruppo involuto è quello in cui il leader svolge il ruolo di "capo branco", di "padre padrone". In esso sono presenti le dinamiche di dipendenza/contro-dipendenza, "noi siamo buoni, gli altri cattivi", "caccia alle streghe", "capro espiatorio", espulsione in caso di disaccordo.

In poche parole non c'è una coscienza di gruppo adulta. L'unico modo per evolversi in tale contesto è attraverso il conflitto, perché al suo interno non c'è possibilità di sviluppo personale.

In un gruppo più evoluto del precedente inizia un processo di psicodinamica adulta: come l'io cosciente svolge il ruolo di coordinare e armonizzare le diverse subpersonalità, così il leader coordina le volontà individuali per favorire e sviluppare la coscienza e la responsabilità di gruppo. In un contesto di questo tipo il leader non si pone come capo, bensì come servitore.

Un gruppo ancor più evoluto è quello in cui la leadership è condivisa. Questo è possibile quando non è necessario un capo, perché tutti hanno un senso di responsabilità e di coscienza di gruppo. In un contesto di questo tipo il leader è l'Anima del gruppo e si lavora insieme per ottenere una sintonizzazione spirituale.

In un gruppo di questo tipo si lavora in senso orizzontale e verticale: per l'espansione orizzontale e l'armonizzazione interpersonale, e per l'innalzamento verticale e la sintonizzazione spirituale.



Quanto più vi è una sintonizzazione spirituale, tanto più vi è un'armonia interpersonale.

Ogni gruppo ha una propria Anima con una nota specifica e un piano da realizzare. Questo piano è incluso nel proposito originario per cui è nato il gruppo, tuttavia è l'Anima che lo detiene e i membri sono incaricati di interpretarlo.

L'Anima del gruppo cerca di manifestarsi attraverso i suoi membri: essa s'incarna per manifestare la propria nota, il proprio piano e volontà attraverso di essi e le attività del gruppo. Quanto ciò sia possibile dipende dalla ricettività del gruppo. Inoltre, come esistono gli "annebbiamenti" personali, così esistono gli "annebbiamenti" di gruppo ⁽⁶⁾.



Michelangelo Buonarroti, I Prigioni 1513 circa

A questo scopo Assagioli ci ha lasciato alcuni importanti strumenti da utilizzare.

L'Un-Animità, l'Unità nella diversità, si può ottenere attraverso la sintonizzazione con l'Anima del gruppo, grazie alla meditazione recettiva e alla condivisione reciproca. Una coscienza unanime non significa appiattimento, bensì Unità generata dalla sintonizzazione con l'Anima.

La meditazione recettiva può essere praticata insieme per porsi in sintonia con l'Anima del gruppo, allo scopo di:

- Ricevere dall'Anima le informazioni relative al prossimo passo del piano da attuare.
- Condividerle assieme per farne una sintesi in gruppo.

A questo punto, la volontà dell'Anima del gruppo può essere catalizzata grazie alla meditazione creativa e conseguita da un'attività cooperativa:

- Con la meditazione creativa visualizziamo chiaramente e dettagliatamente il prossimo passo del piano, così come stabilito dall'Anima e sintetizzato dal gruppo.
- Implementiamo questo passo attraverso un'attività di gruppo condivisa.

Questa proposta di lavoro ci è stata offerta da Assagioli per "la sua speciale ed urgente funzione di edificare la struttura della nuova civiltà e della nuova cultura in tutti i suoi aspetti" ⁽⁷⁾.

A sostegno di questa possibilità, esistono alcuni dati scientifici che riguardano il rapporto fra mente e materia: provengono dal progetto PEAR, avviato nel 1979 presso l'Università di Princeton e durato quasi trent'anni. In questi studi si è cercato di comprendere se l'intenzionalità di una o più persone potesse influenzare un generatore di eventi casuali (come potrebbe essere il lancio di una moneta fatto al computer in cui, dopo migliaia di prove, il risultato fra testa o croce è sempre del 50%). Da queste ricerche è emerso che l'intenzionalità di un

individuo, posto di fronte ad un generatore di eventi causali, è in grado di spostare significativamente il risultato. Inoltre è emerso che se a farlo è un gruppo di persone lo spostamento è ancor più significativo ⁽⁸⁾.

Non solo, ma se un gruppo di persone ha l'intenzione di spostare il risultato, pur non trovandosi di fronte al generatore ma in un altro luogo, lo spostamento avviene comunque, indipendentemente dalla distanza fisica. E ciò funziona anche se il gruppo si pone con l'intenzione che ciò avvenga in una data successiva, come ad esempio domani ad una certa ora ⁽⁹⁾. Ciò suggerisce che l'intenzionalità di un gruppo può avere effetti oltre i limiti dello spazio e del tempo. Come dire che l'intenzionalità agisce da una dimensione transpersonale e universale. Da queste ricerche è emerso anche che se il gruppo è composto in pari numero da maschi e femmine lo spostamento del risultato è tre volte e mezzo superiore. Ciò significa che dovremmo adoperarci per avere una maggior parità di genere nei gruppi. Ancor più interessante è che lo spostamento del risultato è sei volte maggiore quando fra i membri del gruppo c'è un coinvolgimento affettivo ⁽¹⁰⁾. Ciò suggerisce che la potenza dell'intenzionalità del gruppo è proporzionale al coinvolgimento affettivo che c'è fra i suoi membri.

Per concludere, noi possiamo generare dei cambiamenti significativi nel mondo se lavoriamo per sviluppare la coscienza di gruppo, la sintonizzazione con l'Anima e per implementare, attraverso la meditazione creativa e l'attività di gruppo, le indicazioni ricevute dall'Alto.

“In verità vi dico ancora: se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro” (Mt. 18, 19-20).

Marco Moretti

Bibliografia

1. R. Assagioli, Gruppo di Meditazione per la Nuova Era. Istituto Cintamani, Roma, 1998, pag. 126 (Lezione IX).
2. B. Caldironi, L'uomo a tre dimensioni. Colloqui con Roberto Assagioli (1967-1971). Edizioni del Girasole, Ravenna, 2004, pag. 63-64.
3. R. Assagioli, Gruppo di Meditazione per la Nuova Era. Istituto Cintamani, Roma, 1998, pag. 190 (Lezione XIV).
4. Secondo Assagioli le qualità necessarie per stabilire retti rapporti sono: senso di responsabilità, comprensione, compassione, amore, innocuità, spirito di compartecipazione; inoltre indica la buona volontà quale sorgente dei retti rapporti e fondamento dell'armonia e dell'unità fra gli esseri umani (cfr. R. Assagioli, Gruppo di Meditazione per la Nuova Era. Istituto Cintamani, Roma, 1998).
5. Cfr. R. Assagioli, Dalla Coppia all'Umanità. Introduzione alla psicointesi inter-individuale. L'Uomo Edizioni, Firenze, 2011; R. Assagioli, Gruppo di Meditazione per la Nuova Era. Istituto Cintamani, Roma, 1998.
6. Cfr. R. Assagioli, Gruppo di Meditazione per la Nuova Era. Istituto Cintamani, Roma, 1998.
7. R. Assagioli, Gruppo di Meditazione Creativa. Istituto Cintamani, Roma, 1998, pag. 96 (Lezione VIII).
8. Jahn R., Dunne B., Nelson R., Dobyns Y., Bradish G., (1997), Correlations of Random Binary Sequences with Pre-Stated Operator Intention: A Review of a 12-Year Program, in Journal of Scientific Exploration, Vol. 11, n. 3, pp. 345-367.
9. Jahn R., Dunne B., (1992), Experiments in Remote Human/Machine Interaction, in Journal of Scientific Exploration, Vol. 6, n. 4, pp. 311-332.
10. Jahn R., Dunne B., (1997), Science of the Subjective, in Journal of Scientific Exploration, Vol. 11, n. 2, pp. 20 1-224.