

L'INQUIETUDINE DELLA FRONTIERA

L'ovoide di Assagioli non ha confini precisi. È tutto tratteggiato perché le energie possano fluire liberamente dal basso in alto e viceversa.

Conoscere appieno quello che c'è in basso porterà ad integrarlo per accedere con maggiore facilità a quello che vi è in alto senza contrapposizione. Nell'ampliamento dello spazio di coscienza vi è già il superamento dei limiti delle nostre paure.

Mi viene da pensare che percepire *l'inquietudine della frontiera* ha a che fare con questa esplorazione, con questo attraversamento. Sostare nel proprio territorio conosciuto, anche se ormai venuto a noia, è assai più confortevole che oltrepassare il guado ed avventurarsi nello sconosciuto, nel diverso.

Tutte le volte che ci troviamo ad attraversare una frontiera nella nostra vita ci troviamo inevitabilmente di fronte alle nostre paure più antiche.

“È sulle frontiere che si misura tutta la terribile inquietudine che attraversa la storia degli uomini. La parola frontiera viene dal latino frons, frontis “fronte”. Le frontiere sono i luoghi in cui i paesi e gli uomini che li abitano si incontrano e stanno di fronte. Questo essere di fronte può significare molte cose: in primo luogo guardare l'altro, acquisire conoscenza, confrontarsi, capire cosa ci si può attendere da lui. Ma l'esistenza dell'altro può essere un'insidia: come nella dialettica delle “autocoscienze opposte” di Hegel, in questo star di fronte è in palio il riconoscimento. Le frontiere più inquiete sono quelle che non vengono riconosciute”

Così inizia il capitolo *Pensare la frontiera* del bel libro *Il Pensiero meridiano* di Franco Cassano.

Frontiera come confine, quel luogo incerto dove i popoli e le culture, spesso diverse, si pongono l'una al cospetto dell'altra, di *fronte*.

La metafora della frontiera mette in evidenza i nostri confini, i nostri limiti che proteggiamo ad ogni costo, che difendiamo con filo spinato e da dove osserviamo con sospetto quel che vediamo aldilà...l'altro, il diverso da noi che non riusciamo ad accogliere così come non accogliamo le nostre parti “diverse” non omologate. E questo ci inquieta, ci mette in crisi perché se da una

parte c'è l'attrazione del rifugio sicuro, del conosciuto, del rassicurante, dall'altra c'è l'impulso ad andare oltre a spingersi più in là, per allargare la propria visione e di nuovo i propri confini.

È la spinta alla conoscenza che ci guida verso la frontiera, che ci fa percepire con sempre maggiore forza l'inquietudine, la *divina inquietudine* come l'ha definita Platone, man mano che ci avviciniamo al nostro limite perché sappiamo che per andare oltre dovremo abbandonare il conosciuto, le certezze della consuetudine e spingerci verso l'imprevedibile, l'imponderabile.

Quindi porsi sul confine, sulla frontiera, significa anche *determinarsi nel mettersi di fronte*, nel confrontarsi con i limiti fuori e dentro di noi.

Più forte è la contrapposizione e la fatica ad andare oltre, più fragile è il territorio da difendere. In realtà sono proprio gli spazi aperti, senza linee di demarcazione, gli spazi più sicuri, dove ci si può muovere più liberamente come un prato senza recinzioni a proteggere una casa solida che non teme di essere invasa.

Percepire il limite significa in primo luogo interrogarsi sulle proprie strategie difensive, sulla necessità di proteggere quella sottile linea di demarcazione con lo sconosciuto.

Ancora Cassano: *“Le frontiere sono state e sono in primo luogo questo: luoghi della divisione e della contrapposizione...Sul confine, sul limite ognuno di noi termina e viene determinato, acquista la sua forma”*

In Psicosintesi s'insegna l'esercizio di *disidentificazione* per imparare a familiarizzare con l'aspetto cangiante ed impermanente delle nostre percezioni, emozioni, pensieri, trovando così un punto fermo che traghetti verso una sfera superiore, trascendente.

Solo l'asse centrale a tutti i livelli, a tutti i piani rimane immutato, per questo è fondamentale fare riferimento ad esso, rimanendo centrati.

Il passaggio del Sé da una fase all'altra viene infatti marcato dalla progressiva disidentificazione dallo stadio attuale (con senso di insoddisfazione, inadeguatezza, disagio che spingono verso il mutamento) fino all'identificazione con lo stadio successivo.

“ACCETTARE LE LEGGI DEL CAMBIAMENTO”

Il passaggio può essere graduale e armonico ma spesso abbiamo forti resistenze che ci mantengono aggrappati ad uno stato anche quando questo non ci corrisponde più.

La necessità di cambiare periodicamente sistema di riferimento è parte integrante del processo di crescita.

Come il filosofo statunitense K. Wilber illustra in *Le trasformazioni della coscienza*, la coscienza attraversa vari stadi o livelli evolutivi: dallo stadio della fusione completa del neonato con la madre, allo stadio dell'auto-trascendenza, dove il Sé si unisce all'Universale.

Questo percorso si snoda passando per una serie di trasformazioni che sono rappresentate da varie tappe, da differenti frontiere.

E possiamo immaginare che di fronte ad ogni frontiera ci sia una nuova inquietudine da vivere e da superare...

Certo la sfida ha il sapore della scoperta, del viaggio avventuroso e il premio vagheggiato è la chimera di una vita più ricca.

In realtà la vera ricchezza, la vera scoperta, come dicono i saggi è nel viaggio stesso!

È nell'abbandonare il porto sicuro per navigare in un mare inquieto dove l'orizzonte è quel confine irraggiungibile che si sposta sempre in avanti, ma che proprio per questo è un'inesauribile spinta alla conoscenza e alla sperimentazione.

La frontiera può anche essere vista come un punto di demarcazione in cui vengono a trovarsi gli individui ad un certo punto della loro vita, quando è stata completata la prima fase del percorso personale: il confronto con le figure di riferimento genitoriali, il problema delle scelte e l'auto affermazione nel mondo.

È ciò che Maslow chiamava *self actualization*, attuazione di sé.

Il bisogno d'introspezione porta ad indagare oltre il conosciuto e spinge ad oltrepassare barriere e frontiere di varia natura.

Occorre lasciare andare quello che non ci nutre e **accettare le leggi del cambiamento**.

La legge dell'impermanenza dei fenomeni è alla base della speranza di poter crescere, migliorare e guarire. *Bisogna cascare dalla torre!*

24



Michelangelo Buonarroti - Creazione di Adamo 1511
Cappella Sistina Musei Vaticani - Roma

La carta della Torre è così descritta da A. Bocconi nel suo libro *“Il matto e il mondo”* sulle carte dei tarocchi rivisitate in chiave psicologica: *“Un fulmine colpisce la sommità incoronata di una torre. Due figure un uomo e una donna, precipitano a testa in giù. Intorno si vedono guizzare lapilli colorati”*

La carta parla dell'*imponderabile*...Fulmini a ciel sereno, a volte catastrofi più o meno evidenti che possono fare più o meno male e che comunque procurano uno shock, un trauma, in realtà producono la distruzione di uno stato che ci imprigionava come in una torre, per permetterci di continuare il nostro cammino. La tensione che si sfoga all'improvviso è forte, dirompente, selvaggia.

Spesso capita che un evento, una circostanza non voluta ci spinga violentemente giù dalla torre, dalla nostra roccaforte e ci costringa ad attraversare comunque la frontiera.

Chi non riesce a rompere con le vecchie abitudini, chi non riesce ad adattarsi al nuovo che avanza genera molta sofferenza inutile e si priva della possibilità di osservare quello che c'è al di là dei propri confini.

Bocconi narra, nel citato libro, una storia zen di un discepolo che chiede al grande Maestro Joshu:

“Maestro, quando siete confrontato da un grave disastro, che cosa fate per evitarlo?” Joshu apre le braccia, inspira profondamente e dice con un gran sorriso: “Questo..”

Il disastro non esiste. Il termine stesso gli dona un'esistenza; *la coscienza di un disastro crea il disastro*. Ma forse quello che succede non è orribile...come Joshu si potrebbe dire è “questo”.

Noi siamo in mezzo alla “cosa” ed è “questo”.

Non dovremmo chiamarlo disastro, perché noi siamo in “questo”.

In quel momento il disastro non esiste più. Non resta che la vita con tutto ciò che ci porta di inevitabile.

Quindi il fulmine che si trova nella Torre dei tarocchi ha come tutti i simboli un duplice significato di distruzione e creazione insieme.

Ma siamo ancora lì sulla frontiera e osserviamo quello che c'è dall'altra parte con timore con sospetto.

Quello che ci appare di diverso, di estraneo, di straniero altro non è che la proiezione delle nostre paure (*quel cascare dalla torre*) o, come direbbe Jung, la *nostra ombra rimossa*.

Per attraversarla dobbiamo far ricorso a una qualità del cuore: *il coraggio* che ha la stessa radice *cor* (dal latino *cor habeo*, derivante dalla parola composta *cōr, cōrdis* ‘cuore’ e dal verbo *habere* ‘avere’: avere cuore).

Nulla è più trasformativo delle potenzialità del cuore che si apre insieme alla consapevolezza.

Il coraggio sconfigge le paure e ci apre alla conoscenza integrando le parti che resistono, che indietreggiano e che ci vorrebbero trattenere nella zona conosciuta che ci lega e ci imprigiona.

È per mezzo di questa integrazione, o di questo *viaggio frontaliero*, che si attraversano i confini e si procede verso la trasformazione.

Rossella Rossati

Laureata in Lingue e Letterature Straniere Moderne e Formatore dell'Istituto di Psicointesi

Bibliografia

- R. Assagioli: (1993), *Per l'armonia della vita*, Astrolabio, Roma
 F. Cassano (2005), *Il pensiero meridiano*, Laterza, Bari
 K. Wilber – J.Engler- D.P. Brown (1989), *Le trasformazioni della Coscienza*, Ubaldini Roma
 A. Bocconi- P. Lacerna (2001), *Il Matto e il Mondo*, Nomina, Roma