ORIENTAMENTI DELLA PSICOLOGIA DELL'AVVENIRE

Roberto Assagioli

Numerose indicazioni mostrano la psicologia sul punto di divenire la scienza centrale della Nuova Era. Essa è, in primo luogo, la scienza dell'uomo stesso, e oggi si riconosce sempre più che conoscere l'uomo è il punto di partenza di ogni forma di conoscenza umana.
Tutto quello che possiamo sapere del mondo esterno è condizionato dai nostri organi di percezione, i nostri cinque sensi, i quali sono capaci di registrare soltanto campi assai ristretti delle innumerevoli vibrazioni dell'etere. Basta pensare alle onde radio dei trasmettitori di tutto il mondo, che penetrano nella stanza in cui ci capita di essere, ma che mancano di suscitare risposta dai nostri organi dei sensi, a meno che subiscano una trasformazione per mezzo di un apparecchio ricevente.
Indipendentemente da questa limitazione dei sensi, un elemento soggettivo è presente in ogni osservazione del mondo esterno. Ogni fenomeno è per noi una combinazione di uno stimolo esterno e di una percezione soggettiva. Nessun colore come tale, esiste nel mondo esterno: rosso, verde e blu sono sensazioni soggettive prodotte (in modo misterioso) da vibrazioni di varie frequenze che stimolano, tramite gli occhi, alcune aree del nostro cervello.
Ma ancora più importante della parte svolta dall'elemento psicologico nel qualificare la nostra conoscenza del mondo esterno è la funzione della psicologia nell'aiutarci all'autoconoscenza, a divenire consapevoli dell'essere umano e comprenderlo -prima noi stessi e quindi gli altri.
Quale scienza, la psicologia, è relativamente nuova. Sebbene il suo sviluppo negli ultimi decenni sia stato rapido ed esteso, essa può considerarsi nella sua infanzia. Malgrado il pregevole contributo che ha offerto e continua ad offrire, trascura e perfino ignora (con poche eccezioni che saranno menzionate più oltre) l'esistenza di alcune importanti e basilari componenti dell'essere umano. Il fatto che al centro o apice dell'individuo vi sia il Sè Spirituale, che costituisce la sua realtà essenziale, non è generalmente riconosciuto e viene perfino negato dagli psicologi accademici. Lo stesso può dirsi della volontà, che è la più preziosa funzione e il più prezioso potere dell'uomo.
Quello che sarà la psicologia, allorchè avrà raggiunto la sua maturità e sara saldamente stabilita e fiorente, non è possibile prevedere. Ma sono già evidenti e chiaramente discernibili alcune tendenze che indicano le linee su cui ci si può aspettare il suo sviluppo nel prossimo futuro.
Il principale conseguimento della psicologia moderna è stato lo sviluppo di quella che viene definita 'psicologia del profondo'. Prima la psicologia osservava e studiava soltanto quanto appare alla superficie della coscienza, ed era perciò 'bidimensionale'; ma intorno all'inizio del secolo i ricercatori scoprirono l'esistenza e l'importanza delle attività subconscie o inconscie, che hanno luogo al di sotto di quella superficie, nelle profondità dell'essere umano.
Queste attività nascoste, è stato accertato, condizionano gran parte della nostra coscienza e condotta coscienti.
Mentre questo fatto viene ora largamente accettato, le sue vaste implicazioni e numerose applicazioni in campo educativo e in terapia sono lungi dall'essere adeguatamente riconosciute e utilizzate. Ancora recentemente l'esplorazione dell'inconscio era diretta quasi esclusivamente verso i suoi aspetti inferiori: gli impulsi istintivi, i conflitti che albergano in noi ed i disturbi che ne risultano. E' stata più psicopatologia che psicologia.
Soltanto recentemente l'attenzione ha cominciato a volgersi verso gli aspetti superiori dell'inconscio. Questo livello, che è stato definito il super o sopraconscio, esiste al di là del campo della coscienza ordinaria, e in esso si trovano differenti ed importanti energie e qualità psicologiche. Così alcuni psicologi hanno cominciato a parlare di 'psicologia dell'alto' o di 'esperienze delle vette' (Maslow). Si potrebbe dire che fino a poco tempo fa soltanto l'esplorazione e la pulizia delle cantine dell'edificio umano ricevevano il massimo di attenzione. Quindi l'area di ricerca fu estesa verso l'alto ad includere le abitazioni, la sfera dell'*ego*; ed ora infine

i ricercatori hanno raggiunto le terrazze in alto, ove il proprietario può gioire dei raggi vivificanti del sole spirituale e contemplare di notte le stelle. Il Sè comincia a ricevere riconoscimento e a divenire oggetto di attenzione. I valori superiori realizzati ed espressi dall'umanità, quali i valori estetici ed etici, la funzione dell'intuizione, il fenomeno dell'ispirazione, il mistero del genio, stanno ora penetrando nel raggio stesso della ricerca scientifica.

Ci si potrebbe chiedere perchè ciò stia avvenendo soltanto ora, e perchè questo campo d'indagine interessi finora una piccola minoranza, mentre la maggioranza degli psicologi lo considerano con sospetto o lo ignorano completamente. Questo strano fatto è principalmente dovuto ad un'errata concezione di ciò che costituisce il metodo scientifico. Soltanto il metodo usato nelle scienze fisiche, che si occupa di misure quantitative ed impiega strumenti ed espedienti meccanici, era considerato come scientifico; soltanto ciò che potrebbe essere pesato, misurato e ripetuto a volontà sotto indicazioni di laboratorio era 'affidabile'.

Ma questo impone una revisione del concetto di quel che può appropriamente essere giudicato scientifico. In primo luogo, come si è già detto, è stata stabilita la presenza di un fattore soggettivo, psicologico, in tutte le osservazioni e in tutti gli esperimenti, anche nelle scienze naturali. In secondo luogo, ciascuna scienza può e dovrebbe avere i suoi metodi appropriati, determinati dalla sua intrinseca natura. Ad esempio i fatti psichici, che non hanno possibilità di essere pesati, misurati e ripetuti sperimentalmente 'ad libitum', possono essere studiati in altri modi eminentemente scientifici. Infatti, quel che rende scientifica una ricerca è l'eliminazione, fin dove è possibile, di tutte le fonti di errore e di illusione. Il metodo scientifico si conforma essenzialmente ai criteri stabiliti da Francis Bacon e può riassumersi in corretto ragionamento, in giusto uso della mente.

Un altro malinteso, strettamente collegato a quello precedente, centra in pieno la definizione della parola 'fatto'. In genere quel che si qualifica come 'fatto' è limitato ad eventi di natura materiale o che riguardano il corpo fisico. Ma gli eventi psicologici sono esattamente altrettanto reali, esattamente altrettanto effettivi, di quegli altri. Ogni cosa è reale ed attuale, in senso strettamente pragmatico, cioè effettiva, nel senso che produce una modificazione della realtà preesistente. Questa caratteristica pone sentimenti, idee, immagini, mète e valori direttamente nella sfera dei fatti, dal momento che essi esercitano un potente effetto sull'uomo, sulla sua condotta verso gli altri e sulla natura in generale. Non esiste davvero alcuna giustificazione per considerare il sesso quale adeguato oggetto di ricerca scientifica e l'amore no; per giudicare la depressione e i sintomi psicosomatici degni di studio scientifico, e le intuizioni, le illuminazioni e le realizzazioni interiori dell'artista e del mistico al di là dei limiti.

Dopo questo esame generale, procediamo ad esaminare i modi un cui caratteristiche e tendenze specifiche si vanno già manifestando nel campo della psicologia, e le probabili linee del futuro sviluppo di tale scienza.

Dinamismo

Questa qualità è forse, fra le tendenze discernibili, la più preminente, ed indica un grande progresso rispetto alla posizione originaria adottata dalla psicologia quale scienza. All'inizio, i ricercatori dirigevano la loro attenzione principalmente alla descrizione e all'analisi degli elementi e dei fatti psichici, alle loro correlazioni fisiologiche e all'osservazione della condotta esterna. Ma di recente la psicologia è andata progredendo verso un crescente riconoscimento della natura effettiva, dinamica e creativa delle energie psichiche. Il prevedibile risultato è l'evoluzione della psicologia quale scienza della psico-dinamica.

Si può presumere che questo processo seguirà due corsi principali. Uno è la psicologia dinamica nel suo significato più tecnico, quale studio e utilizzazione delle energie psicologiche funzionanti nell'individuo, e tra individui e gruppi. L'altro è il riconoscimento e lo studio del dinamismo dell'evoluzione, dello sviluppo, del divenire e della crescita.

Guardando indietro alla strada percorsa dalla psicologia dinamica, si può dire che essa abbia avuto origine intorno all' ultimo decennio del diciannovesimo secolo, allorchè lo psicologo francese Pierre Janet parlava già in termini di tensione psicologica e di 'oscillazione del livello psicologico'. Quindi Freud dette inizio al movimento psicoanalitico, che con le sue successive e varie derivazioni, accentuò, come continua a fare, il carattere dinamico della vita psicologica, quale collaborazione di forze, con i loro conflitti, espressioni, resistenze, proiezioni e così via. Tra gli psicologi accademici, William McDougall elaborò una ben definita psicologia dinamica avente carattere determinativo; egli sostenne che l'energia psichica è sempre 'un impulso verso qualche fine o mèta'.

Un confronto della psicodinamica con altre scienze, quali la termodinamica, l'aerodinamica e l'elettrodinamica, rivela illuminanti somiglianze tra le linee lungo cui queste scienze si sono sviluppate, e le linee d'indagine che impegneranno la psicologia dell'avvenire; la natura delle energie psicologiche, le leggi che le regolano e i metodi e le tecniche della loro utilizzazione per l'autorealizzazione e la psicoterapia, l'educazione e i rapporti sociali. Tema centrale e punto focale dell'interesse saranno le trasformazioni che queste energie vanno costantemente suben-

do: trasformazioni ascendenti sotto forma di trasmutazione o sublimazione; trasformazioni discendenti, o degradazioni in senso etimologico; e infine le trasformazioni in manifestazione esterna mediante il sistema nervoso e l'attivazione di forze biologiche.

Dal punto di vista umano e pratico, l'importanza di queste ricerche può essere prontamente apprezzata quando ci si rende conto che il loro scopo è il controllo e l'utilizzazione delle forze più potenti e spesso pericolose esistenti nell'uomo: le energie sessuali ed emotive e gli impulsi aggressivi e combattivi. Nella sana trasformazione di queste energie c'è la chiave per la soluzione di alcuni dei più dolorosi problemi che travagliano l'umanità: quelli associati con il sesso e l'amore, con i conflitti e le guerre. Il futuro racchiude la promessa di un'era in cui la psicodinamica sarà tanto precisa nel suo sviluppo e ricca nelle sue applicazioni, quanto la termodinamica e l'elettrodinamica lo sono oggi. L'attuale deplorevole sciupio e cattivo uso delle energie psicologiche sarà allora largamente controllato, mentre la creatività in tutti i campi sarà intensificata e promossa in modi che oggi sembrerebbero incredibili. Al contrario la maniera in cui noi manovriamo -ovvero non manovriamo- queste energie, sarà allora considerata primitiva, rozza e barbara.

Tra le energie identificate e che cadono sotto l'osservazione scientifica vi sono quelle di tipo para o supernormale, e il loro esame costituisce la sfera del ramo più moderno della psicologia scientifica, la parapsicologia. Esse includono la percezione extrasensoria (E.S.P.), la telepatia, la premonizione e la telecinesia (il potere del pensiero di esercitare un'influenza diretta su oggetti materiali). Esperimenti sistematici in telepatia sono stati recentemente condotti negli Stati Uniti e in Russia per scopi militari.

Se questi sviluppi presentano meravigliose opportunità, essi comportano pure un serio rischio, simile a quello suscitato dalla liberazione dell'energia atomica: il rischio dell'uso errato e distruttivo delle energie psicologiche. Questo costituirà probabilmente il maggiore problema che l'umanità dovrà affrontare nell'avvenire, e il problema particolare della nuova psicologia.

Il secondo aspetto, più individuale, della psicologia dinamica ha attinenza con lo *sviluppo* e la *crescita*. Si può dire che esiste un fondamentale conflitto o tensione tra la tendenza alla passività, all'inerzia, alla linea di minor resistenza o minimo sforzo, all'attaccamento a quel che già è ed è conosciuto, da un lato, e dall'altro la tendenza opposta, la spinta dinamica a procedere, a svilupparsi, a crescere, a raggiungere una mèta intravista, ad attivare ed usare possibilità latenti. Questo impulso effettua la liberazione di nuove quantità di energie e la corrispondente elevazione ed espansione di coscienza ed esperienza. Un vasto dominio di spazio interno, la sfera del super o sopra-conscio, si estende dinanzi a coloro abbastanza arditi da esplorarlo.

Il dinamismo della crescita è stato recentemente accentuato da alcuni psicologi quali Maslow, Allport ed altri. All'infuori del campo specifico della psicologia, ma restando su una solida base antropologica, Teilhard de Chardin ha raffigurato in termini smaglianti una futura evoluzione che vedrà l'uomo trascendere il suo attuale normale stadio umano e la sua consapevolezza individuale, e realizzare uno stato di 'trasmutazione'.

Tutti questi futuri sviluppi aiuteranno l'umanità ad emergere, da quella che Allport ha propriamente definito 'l'età della pietra dei rapporti umani in cui siamo ancora invischiati', verso la nuova era di retti rapporti, veramente umanitari, interpersonali e di gruppo.

L'atteggiamento positivo

Strettamente connessa al dinamismo, sta emergendo un'altra tendenza caratteristica: l'atteggiamento o modo di vivere positivo.

Nella sfera della psicologia, l'effetto di questa tendenza sarà quello di aprire un vasto e finora trascurato campo d'indagine e di applicazione: *la psicologia della volontà*. I vari aspetti della volontà, il suo retto uso ed i rischi del suo cattivo uso diverranno oggetto di una completa ricerca, ricevendo così l'attenta considerazione che la loro importanza giustifica e richiede. Esperimenti sui numerosi impieghi della volontà per l'autorealizzazione e in terapia, in campo educativo e nei rapporti umani, e il conseguente sviluppo e la diffusa pratica delle tecniche appropriate costituiranno un vasto campo di ricerca ed applicazione.

Rendiamoci conto che null'altro che la volontà di bene, manifestantesi come buona volontà attiva in tutti i rapporti umani, può controbilanciare i rischi derivanti dalla scoperta e dal controllo da parte dell'uomo delle forze della natura, delle potenti energie planetarie e cosmiche.

Il bisogno imperativo di tale psicologia della volontà nell'attuale periodo di conflitto, transizione e adattamento dovrebbe assicurare un'assoluta priorità a questo ramo della scienza psicologica.

Unificazione e sintesi

Questa tendenza è già attiva, e in alcuni casi sta perfino prendendo forme eccessive. Siamo testimoni in molti campi di violenti conflitti tra la tendenza all'isolamento e alla separazione e la tendenza verso l'unificazione. Ogni tentativo di comprendere la natura di tali conflitti deve cominciare con una comprensione del vero significato dell'unità e della sintesi.

La sintesi, essendo un'unità organica, *non* denota uniformità o confor-

mità. Nella sintesi le parti o unità non vengono eliminate o distrutte, ma vengono integrate in un tutto più vasto, pur preservando sempre la loro distinzione, individualità ed un giusto grado di autonomia. E' un'unità *strutturale*, dinamica, e a questo riguardo offre un'illuminante analogia con un corpo umano sano, in cui cellule, gruppi di cellule, organi e gruppi di organi, cooperano nell'adempiere funzioni specifiche (qiali la digestione e l'assimilazione), e in cui tutte le funzioni fisiologiche formano un'integrata *biosintesi*.

Come nel corpo la più piccola unità funzionante può considerarsi la cellula, così nell'umanità la più piccola unità è l'individuo. La salute fisica dipende dalla sana condizione delle cellule; analogamente la sintesi dell'umanità, inclusa la sintesi tra individui e gruppi, è conseguente alla previa unificazione e sintesi entro ciascun individuo. Sotto la pressione e l'urgenza di risolvere gli attuali conflitti sociali e politici, questa condizione preliminare è spesso tralasciata; tuttavia essa è indispensabile. Finche esiste lotta *in* lui, un essere umano non è in condizione di stabilire rapporti armonici *con* gli altri esseri umani, e non può essere ritenuto capace di cooperare costruttivamente alla creazione dell'unificazione e della sintesi nei e tra i molti gruppi di cui la famiglia umana è composta. Piuttosto, la sua tendenza sarà quella di proiettare i suoi conflitti interni nei suoi rapporti con gli altri. Riconoscendo questa condizione e il conseguente bisogno dell'integrazione della personalità, numerosi psicologi e psicoterapeuti hanno creato ed usano tecniche designate ad attuare tale psicosintesi. Tale approccio è ancora in fase iniziale, ed uno dei più importanti compiti della psicologia nel futuro sarà il perfezionamento di queste tecniche e la loro diffusa applicazione.

Dopo la psicosintesi dell'individuo, il prossimo stadio è la psicosintesi dell'uomo e della donna, sia quale comembri della coppia, sia collettivamente, quale parte maschile e femminile dell'umanità. E' esperienza comune che il rapporto tra uomo e donna è stato deformato da profondi malintesi e conseguenti conflitti; la causa principale di essi è la differenza, profondamente radicata e poco conosciuta, nella costituzione psicologica dell'uomo e della donna, che rende difficile comprendersi reciprocamente.

Le funzioni psicologiche che si sviluppano, spesso eccessivamente, nell'uomo -la sua attività mentale raziocinante, il suo impulso a forgiare il mondo esterno, la sua attrazione per l'avventura, il rischio e il combattimento fisico- difettano generalmente nella donna; mentre le caratteristiche funzioni femminili -emozione, sentimento, immaginazione ed intuizione- sono in massima parte sottosviluppate o represse nell'uomo, oppure si manifestano in modi crudi e primitivi. Comunque una migliore comunicazione, tendente alla comprensione ed, a suo tempo, alla sintesi, è possibile, in virtù del fatto che l'uomo possiede, latenti, una certa quantità di tratti femminili, e in ogni donna sono latenti qualità maschili che possono essere sviluppate. Queste qualità costituiscono un ponte tra essi, e nella collaborazione, specialmente nello stretto rapporto del matrimonio, il rappresentante di un sesso tende ad evocare le proprie qualità nell'altro. L'evidenza di ciò è stata offerta da Jung, Maeder e Keyserling. Ma quel che avviene lentamente e con difficoltà quale prodotto di ribellioni e conflitti, può essere conseguito assai più rapidamente e completamente per mezzo di un chiaro riconoscimento dei problemi, e di una volenterosa cooperazione basata sulla conoscenza della psicologia. Ci si può aspettare che questo campo riceva sempre maggiore attenzione in avvenire, e ciò comporterà il generale riconoscimento della necessità di una preparazione psicologica per il matrimonio.

Soltanto allorchè un discreto grado di sintesi sarà stato conseguito nella coppia, che è il fondamentale gruppo umano e la cellula sociale primaria, la famiglia potrà funzionare su una nuova base di comprensione psicologica e di armonia. Questo solleva un ulteriore problema, il rapporto tra genitori e figli. Gli acuti conflitti che agitano oggi tale rapporto sono il riflesso di un dissenso generale tra le vecchia Era e la nuova. Essendo fondamentalmente un problema psicologico, ovvero una serie di problemi, la sua soluzione può molto essere facilitata dalla comprensione psicologica, ma poichè ciò appartiene alla sfera di competenza dell'educazione, l'argomento è stato trattato nel saggio su *L'educazione nell'avvenire*.

Un problema più vasto è quello dei ruoli rispettivi degli uomini e delle donne nel nuovo ordine sociale, che va ora emergendo e che si stabilizzerà in futuro, E' evidente che le donne vanno prendendo una parte sempre più attiva negli affari, un fatto che può rivelarsi di grande beneficio, purchè non comporti la loro mascolinizzazione ma alimenti quella umanizzazione della vita moderna che è tanto necessaria. Molte donne progressiste sono chiaramente consapevoli di questo problema e lavorano per questo scopo. Si può dire che dal conseguimento di tale umanizzazione dipende in larga misura il futuro dell'umanità.

Infine, la psicologia sarà chiamata a dare il suo contributo essenziale alla sintesi dei gruppi umani più vasti: in rapporto alle nazioni, in relazione alle razze nel loro complesso e agli abitanti dei continenti. Soltanto attraverso que-

sti stadi graduali sarà possibile avanzare verso la sintesi su scala planetaria - la psicosintesi dell'Umanità Una, che sarà la gloria del futuro.

Sviluppo mentale

Lo sviluppo mentale è un'altra delle caratteristiche del futuro che è già in evidenza in modo inequivocabile. Il sempre più rapido espandersi del campo della conoscenza, e la sfida di nuovi e più complessi problemi, sia nella scienza del mondo che nell'esistenza umana su scala planetaria, stanno producendo un'intensa stimolazione della mente. Nuove scienze quali la cibernetica (la scienza del 'dirigere') e la semantica, vanno sviluppandosi, e la loro crescente portata e utilità nell'avvenire si può fiduciosamente predire. Questa intensificata attività mentale richiede una conoscenza più esatta e comprensiva della mente stessa ed una migliorata capacità di controllarla, dirigerla ed usarla correttamente. Tutto ciò rientra naturalmente nella sfera della psicologia, e costituisce uno dei suoi più necessari e fertili campi di ricerca e di applicazione.

Gli usi della mente sono vari, e divengono sempre più numerosi, mentre ciascuno va estendendo la sua portata. Primo come importanza è il suo deliberato uso come generatore e manipolatore del potere del pensiero. La forza inerente nel pensiero è stata scoperta, o piuttosto riscoperta, e viene sempre più applicata e sfruttata. Un apprezzamento della dinamica delle idee ha condotto ad un'accorta applicazione delle forze psicologiche in molti campi, particolarmente in quello politico e quello commerciale, mediante gli espedienti propagandistici usati da persuasori palesi o nascosti. La situazione presenta splendide opportunità di bene, ma è anche carica di effettivi rischi, come la storia recente ha ampiamente dimostrato.

Per controbilanciare questo pericolo, la mente può essere efficacemente usata in altro modo, cioè per controllare le reazioni emotive e gli impulsi irrazionali. La luce della mente ha la capacità di dissipare l'annebbiamento creato da queste emozione e questi impulsi, ed il suo uso può essere, quindi, intensificato da coloro che ne traggono vantaggio.

Inoltre, la mente possiede la capacità di correggere le sue stesse operazioni, di controllarle e riadattarle quando necessario. Strumento di tale processo è il ragionamento; il suo esercizio procura la base del vero metodo scientifico. Il grande pioniere in tale uso della mente è stato Francis Bacon, il cui *Novum Organum* fondò il principio del corretto ragionamento, che è fondamentale per l'approccio scientifico, ed espose le cause principali di errore nel pensare. Egli le definì appropriatamente 'idoli' e le classificò in quattro categorie.

1. Gli 'idoli della tribù' - i pregiudizi, cioè, più o meno comuni a tutta la razza umana, che debbono la loro esistenza alle limitazioni della psiche umana e all'elemento soggettivo, che, come si è detto, colora e deforma ogni genere di percezione della realtà.

2. Gli 'idoli della tana' - i pregiudizi particolari a ciascun individuo.

3. Gli 'idoli del teatro' - le nozioni errate accettate senza critica sull'autorità di altri.

4. Gli 'idoli della piazza' - le nozioni trasmesse con mezzi di espressione, in particolare con parole e terminologie, che non corrispondono alla realtà e che presentano false concezioni di essa. L'ammonimento di Bacon a questo riguardo prova che egli è stato un precorritore della moderna semantica, il cui scopo principale è precisamente l'eliminazione di errori dovuti al linguaggio e ad altri mezzi di comunicazione.

Dall'epoca di Bacon è stato compiuto un considerevole progresso nella direzione da lui percorsa, ma esso è lungi dall'essere sufficiente. Le complicazioni della vita moderna e le maggiori sottigliezze della ricerca scientifica hanno creato molte nuove occasioni di errore sorgenti dall'uso erroneo della mente. Molto resta ancora da fare nel prossimo futuro e nel corso della Nuova Era.

Questo è chiaramente il campo in cui la psicologia può rendere un servizio tanto apprezzabile da richiedere il suo speciale contributo. Ma prima che sia in grado di darlo, la psicologia deve assoggettarsi ad una drastica ripulitura per eliminare gli errori che si commettono nel suo stesso campo. La terminologia psicologica è in uno stato di grande confusione semantica; alcuni dei suoi termini hanno molti significati diversi, perfino opposti. Allport infatti ha enumerato non meno di cinquanta attributi conferiti alla parola 'personalità'! Le parole 'individuo' e 'individualità' sono usate da alcuni scrittori per denotare una integrazione superiore (Jung), mentre altri danno questo significato alla personalità, come opposta all'individuo. Inoltre 'anima' è usata in una varietà di modi, e lo stesso può dirsi di 'Sè', 'Spirito' ed altre parole. Ciò malgrado, la psicologia ha molto da offrire alla semantica, che si è spesso limitata meramente al mentale e razionale, non prestando la dovuta considerazione agli aspetti non razionali della vita, trascurando così di tener conto di realtà e funzioni vitali quali immaginazione, amore, valori e mète.

Ciò porta al terzo e forse più elevato uso della mente, cioè all'ammissione della propria limitazione, dei confini del proprio campo di azione indipendente, e il riconoscimento dell'esistenza di una funzione conoscitiva superiore con cui conseguire una diretta ed intima comprensione della realtà (che include altri esseri viventi). Questo organo di conoscenza diretta è l'*intuizione*. L'intuizione non è irrazionale, ma super-razionale. Nondimeno la coope-

razione della mente è necessaria per il suo corretto uso, ed è bene avere una chiara idea di ciò che costituisce il giusto rapporto e la cooperazione tra le due. A questo riguardo le funzioni della mente sono: primo, *riconoscere* l'intuizione e i suoi messaggi; secondo, *interpretarli* correttamente; terzo, *formularli* ed esprimerli verbalmente o tramite altri mezzi di comunicazione. L'avvenire confermerà il fiorire dell'intuizione; il suo progresso darà occasione a un corrispondente bisogno di addestrare la mente per trarre pieno vantaggio dei suoi benefici. Ciò lancerà una sfida alla nuova psicologia -una sfida, comunque, che essa è bene in grado di accogliere.

Estraversione

L'estraversione è una caratteristica dell'avvenire che può con facilità divenire esagerata ed essere male usata. La psicologia può essere di grande aiuto nel controbilanciarla in due modi:

1. Controllando un'eccessiva tendenza a lanciarsi in un'attività esterna e ad agire con assurda rapidità. Questo può essere fatto suscitando interesse nella vita *interna*, mostrando come esplorare e conquistare i mondi interni, e come il progresso dell'*azione interna* possa essere acquisito per mezzo delle tecniche appropriate.

2. Insegnando le tecniche della giusta ed efficace estraversione, che anch'essa opera in due direzioni:

a. *Dall'alto in basso*. L'uso delle energie psicologiche e spirituali per perfezionare il corpo fisico può definirsi azione psicosomatica. Il suo primo risultato è la coordinazione psicofisica, in cui l'individuo è spesso deficiente, sia perchè trascura di usare vantaggiose forze psicologiche, sia perchè accoglie nella coscienza dannose influenze che possono produrre malattie. I tipi intellettuali ed artistici, per esempio, trascurano spesso il corpo per mancanza d'interesse, ed hanno perciò un debole e difettoso collegamento tra la vita mentale ed emotiva e la sua espressione fisica; questo rappresenta una mancanza di quella che può definirsi 'biopsicosintesi'.

Ma le energie psicologiche e spirituali possono conseguire molto di più dell'armonizzazione ed utilizzazione di esistenti forze fisiologiche e biologiche. Esse possono ricaricare il corpo di nuova vitalità, rinnovarlo al punto di rigenerazione. Questo produce autoguarigione e, ancor più, il risveglio delle meravigliose possibilità latenti esistenti nel corpo umano. Si è giustamente affermato che la maggior parte delle cellule del nostro cervello, ammontanti a molti milioni, vengono lasciate inutilizzate.

b. *Dall'interno all'esterno*. L'estraversione psicologica in questa direzione significa decentralizzazione, o spostamento dell'interesse psicologico e vitale dall'egocentricità ed egoismo verso altri esseri umani e tutte le creature viventi. Vengono così creati i vari rapporti 'Io-Tu' e più tardi un più esteso raggio di relazioni umane mediante vari gruppi.

Psicologia e retti rapporti umani

E' già stata accentuata l'importanza dei retti rapporti *entro l'individuo stesso*, fra i vari elementi della sua personalità molteplice come requisito basilare per ogni altro rapporto.

Soltanto stabilendo retti rapporti in noi stessi è possibile eliminare gli ostacoli psicologici e stabilire retti rapporti con gli altri. Mediante una sincera autoanalisi possiamo giungere a riconoscere i vari complessi esistenti nel nostro inconscio, per poi dissolverli e col tempo eliminarli. Questo è un compito per il quale l'aiuto offerto dalla psicologia è molto efficace.

La mancanza di comprensione degli altri è un altro serio ostacolo ai retti rapporti. La vera comprensione richiede: primo, una conoscenza generale della struttura psicologica dell'essere umano; secondo, lo studio della psicologia differenziale, cioè delle grandi differenze esistenti fra gli individui. Qui la psicologia può offrire un contributo notevole anzitutto per mezzo della *tipologia*, che tratta della conoscenza e del riconoscimento dei vari tipi psicologici, quali gli estravertiti e gli introvertiti, i tipi sensoriale, emotivo, mentale, intuitivo ed altri. Questo offre la chiave per comprendere perchè gli individui reagiscono e si comportano in maniera diversa di fronte ad una medesima situazione, o ad un medesimo rapporto umano.

Ma la tipologia è soltanto uno degli aspetti della psicologia differenziale. Se ci limitiamo ad esso, corriamo il rischio di incasellare gli uomini in gruppi e classi, pericolo questo, contro il quale Maslow, Johnson ed altri hanno messo in guardia. Spesso le persone si ribellano -e con ragione- ad essere così incasellate, specialmente se ciò implica giudizi e critiche coscienti ed inconsci. La vera, più profonda comprensione che può essere definita 'comprensione esistenziale' è quella dell'individuo quale essere 'unico', avente qualità, problemi e possibilità particolari. Questa è frutto di simpatia, di intuizione e di amore, qualità che sorgono più spontaneamente e si manifestano più spesso in persone semplici che in quelle più colte ed intellettuali.

Invero la psicologia, e particolarmente la nuova psicologia spirituale che si svilupperà nell'avvenire, può dare un aiuto molto efficace per sviluppare quelle funzioni psicologiche ed insegnarne l'uso opportuno. E' utile rendersi conto che, per quanto spiacevole ed umiliante ciò possa essere, gravi errori di comprensione possono venir compiuti pur con le migliori intenzioni.

E' noto l'apologo della buona scimmia che, vedendo un pesce nell'acqua, si precipitò a salvarlo dall'annegamento e lo pose su un albero. Per quanto ridicolo possa sembrare, il no-

stro comportamento non è poi tanto differente da quello della scimmia quando, ritenendo che ciò sia meglio per loro, imponiamo ad altri le nostre idee e i nostri ideali, che in effetti sono incompatibili con la loro natura e le loro vere necessità. Quanto spesso mariti e mogli, padri e madri mancano a tale riguardo!

Infine, la psicologia spirituale ci aiuta a considerare tutti gli altri uomini come personalità ed ancor più come anime, in tal modo suscitando in noi rispetto e apprezzamento, ed inducendoci a lasciarli liberi di essere sè stessi e non oggetti da essere sfruttati.

Psicologia e buona volontà

Ricordiamo che la buona volontà è qualcosa di più della semplice espressione di una buona disposizione; essa significa *una volontà che vuole il bene*.

In realtà noi conosciamo tuttora ben poco sulla volontà; perciò vi è bisogno di una psicologia che la studi. Dobbiamo imparare *ciò che la volontà è* e le tecniche per svilupparla. Poi, il suo uso deve essere buono, deve essere cioè una volontà *buona*, vale a dire basata su *retti* moventi. Anche qui la psicologia può essere di aiuto col nuovo e rapido sviluppo della psicologia dei moventi.

La psicologia e l'attività di gruppo

L'attività di gruppo fa sorgere numerosi problemi riguardanti i rapporti interpersonali e gli scambi fra individui e fra gruppi. La psicologia interindividuale e sociale può dare e darà qui un notevole aiuto.

Psicologia e unanimità

La discriminazione fra retta ed errata unanimità può essere facilitata dalla comprensione psicologica. L'unanimità non deve essere scambiata con l'uniformità. Può esservi unanimità di scopo unita ad una naturale diversità di talenti, di contributi e di metodi per conseguire la mèta comune. L'unanimità non richiede l'unificazione alla base, la si consegue con una convergenza verso la sommità, la mèta. I seguenti semplici simboli aiuteranno nella visualizzazione di questo concetto.

Non Ma

La psicologia e l'avvicinamento transpersonale

Il retto avvicinamento transpersonale richiede la conoscenza del supercosciente, delle diverse vie che vi conducono, dei metodi per penetrarvi, come passo sulla via che conduce alla Realtà superiore. La nuova psicologia transpersonale insegnerà lo sviluppo e l'uso delle funzioni superiori, ad esempio l'intuizione e la sua giusta interpretazione, ed anche l'utilizzazione dei *simboli*.

La psicologia transpersonale può contribuire molto alla descrizione quanto più possibile accurata degli stadi superiori della coscienza, chiamati in Oriente *samadhi*, *dhyana*, *prajna*, *satori*, e in Occidente *illuminazione* e *estasi*, oltre a vari aspetti di coscienza e unione mistica. Tali stadi culminano nella realizzazione dell'Io spirituale, della Divina Scintilla, che è allo stesso tempo coscienza individuale e coscienza universale.

L'uso delle energie psicologiche per la manifestazione del futuro.

Mentre le energie superiori possono essere utilizzate per lo sviluppo e la crescita spirituale sia degli individui che dell'umanità nel suo insieme, un loro uso specifico è urgente nel presente periodo di tensione e disordine. Le difficoltà di questo periodo sono dovute all'inadeguatezza e alla disintegrazione della vita umana, ed al tentativo di creare le nuove forme necessarie per la formazione di una nuova civiltà e di nuovi tipi di espressione culturale.

Per quanto vasto e difficile sia il compito che l'umanità deve affrontare, esso non può essere evitato. E' questa presente condizione dell'umanità che ci spinge a cercare di dare il nostro contributo al riconoscimento delle nuove tendenze e delle future linee di sviluppo.

Tornando ad una considerazione generale, è bene ricordare sempre l'importante distinzione fra la visione di possibili conseguimenti nel futuro ed i passi iniziali verso tale mèta che debbono essere fatti nel futuro immediato. Evitiamo l'illusione, che condurrebbe ad inevitabili delusioni, che sia possibile oggi attuare ideali che potranno avverarsi soltanto dopo un processo graduale. Questo è particolarmente necessario nel campo politico.

Ad esempio, il governo mondiale verrà attuato, speriamo, in avvenire, ma attualmente, e probabilmente per qualche tempo, sembra inattuabile, poichè nè l'umanità è preparata, nè esistono capi politici di adeguata qualità e statura. Cooperare alla sua attuazione non richiede speciali capacità nè condizioni particolarmente favorevoli di tempo, di salute, ecc. Ognuno può fare qualche cosa ed ogni contributo, per quanto esiguo, è un rivoletto che accresce il fiume.

Tutti possono avere, e mantenere viva, la visione di un nuovo e migliore modo di vivere, e di nuove e maggiori conquiste dell'umanità nella sua marcia ascendente, che, sospinta dalla forza dell'evoluzione, vuole fare la propria parte per la manifestazione di 'un nuovo cielo e di una nuova terra'.

Roberto Assagioli