

# ***UNA COMUNITA' DI PSICOSINTESI: REQUISITI E PROSPETTIVE***

**di Sergio Bartoli**

Si propone di realizzare un modello di vita impersonale, centrato sull'esperienza dell'anima di gruppo. Questo è possibile creando e coltivando una coscienza collettiva che si apra all'impegno di costruire il domani, al servizio del mondo e dell'umanità.





Possiamo definire la psicosintesi come la psicologia che ha per obiettivo la rinascita dell'anima e, volendo considerare in particolare la psicosintesi sociale, estenderò il concetto di "anima" a quello di "anima di gruppo", punto di riferimento in una realtà sociale qual'è, ad esempio, una comunità di psicosintesi. Essa, infatti, si propone di realizzare un modello di vita impersonale centrato, come dicevo, sull'esperienza dell'anima di gruppo. Questo è possibile creando e coltivando una coscienza collettiva che si apra all'impegno di costruire il domani, al servizio del mondo e dell'umanità.

La comunità, quindi, come dimensione sociale, campo di azione della psicosintesi inter e intra-individuale allo stesso tempo, dato che "esterno" e "interno" sono sempre in relazione reciproca, cosicché un individuo equilibrato influirà positivamente sull'ambiente circostante e viceversa.

In particolare, analizzando i principi fondamentali che reggono una comunità vediamo che essi non sono molti, ma ognuno di essi è essenziale.

Il primo è che l'intenzione di tutti coloro che vi aderiscono sia animata di buona volontà, intesa, questa, come impegno a realizzare "il maggior bene per il maggior numero di uomini", al di sopra di ogni interesse personale.

Un altro principio è rappresentato dal riconoscimento dell'unità profonda che sottosta al concetto di Umanità, malgrado le evidenti diversità. La comunità, infatti, deve essere intesa come un centro di cooperazione e di vita in cui un gruppo di individui, spontaneamente e liberamente, accetta di lavorare per l'evoluzione dell'Uomo e del pianeta, collaborando con gioia ed entusiasmo ad un "piano" per il bene comune. E quest'impegno sviluppa in ciascun aderente un senso di universalità che supera ogni concetto di nazionalità o etnia.

Un terzo principio è dato dall'accettazione di una realtà trascendente nell'uomo, il Sè, che rappresenta il punto focale dell'esperienza umana e che spinge ad intuire progressivamente nuovi e migliori modelli di vita.

La comunità è, sostanzialmente, uno stato di coscienza e si realizza con la coerenza di pensiero e azione verso i principi che la animano. Essa si basa, per analogia, sul presupposto che qualsiasi seme integro e compatto genera frutti abbondanti e che la stabilità di un perno al centro di un moto centrifugo è la struttura più resistente in natura, com'è dimostrato dall'atomo.

La vita della comunità si fonda essenzialmente su alcuni valori assoluti: il primo di essi è il lavoro, svolto ai vari livelli, che ne

rappresenta lo strumento insostituibile. E', infatti, attraverso il lavoro che si produce l'integrazione dei vari aspetti dell'uomo; che si sviluppa l'autodisciplina e la creatività; che si evoca, nell'individuo, la capacità di integrarsi nel gruppo. Nel lavoro si genera e si potenzia l'energia, la quale non dovrebbe mai essere sprecata in tensioni e antagonismi ma, piuttosto, usata per rafforzarsi reciprocamente nella collaborazione e nell'amore altruistico.

Un secondo valore è la cooperazione che è la tecnica fondamentale dell'attività comunitaria, dato che le grandi realizzazioni non nascono da individuali sforzi di volontà ma dal sinergismo di più funzioni. Essa si sviluppa nella fiducia reciproca e nella libera adesione individuale; richiede il





superamento del vecchio concetto di proprietà e l'abolizione di privilegi personali a favore del principio di uguaglianza. Affinché la cooperazione si realizzi nelle azioni è indispensabile che prima sia evocata nel pensiero.

Un altro valore è il rinnovamento, inteso come impegno a creare il futuro migliorando la qualità della vita e ricercando la verità dietro l'evidenza della manifestazione. Il "nuovo" si crea superando il rimpianto e la nostalgia del passato, perseguendo l'essenziale attraverso il sacrificio di sé.

Per creare una comunità è indispensabile rispettare alcuni presupposti quali l'unanimità di aspirazione dei suoi membri; la presenza di pochi elementi coerenti e responsabili che ne garantiscano la funzionalità; la disponibilità, da parte di individui adatti, ad assumersi responsabilità specifiche; la capacità del gruppo di discernere tra ciò che è essenziale, stabilito da regole e ciò che è transitoriamente accettabile, in un clima di tolleranza; l'acquisizione di un ritmo comune che, pur tenendo presente l'obiettivo finale, sia rapportato alla reale maturità psichica di chi vi aderisce. Si deve tendere, infatti, alla comunione nel rispetto delle necessità dei singoli. L'importante è non tradire mai lo spirito e la natura della comunità e tenere sempre presente il progetto generale definendone gradualmente i dettagli. E' inoltre opportuno stabilire un corretto rapporto tra espansione dell'iniziativa e consolidamento dei risultati per garantire una crescita armonica. Ed è auspicabile, infine, che la vita si svolga in un clima permeato dalla tenerezza dell'amore e dall'austerità del dovere.

In comunità sono da ricercare la puntualità e la precisione, frutto di coerenza e disciplina personali, nel rispetto dei ritmi prestabiliti. In questo senso la responsabilità individuale deve sostituire divieti e proibizioni. Vanno evitati dogmatismi e fanatismi,



irritazione e polemiche; bisogna essere concisi e finalizzati, usando le parole solo come sostegno del pensiero ed eliminando i discorsi superficiali: si risparmia così l'energia psichica e si diventa più disponibili a cogliere le migliori possibilità della vita.

E' bene allenarsi a sviluppare la comprensione e a creare la bellezza, in un continuo processo di purificazione di suoni e gesti.

L'atmosfera del gruppo dovrà essere permeata di amicizia, solidarietà e gioia. Ciascun componente si allenerà ad esprimersi con semplicità e chiarezza, a coltivare immagini positive e finalizzate al servizio, a formulare pensieri elevati e dinamici, ad agire in modo pronto e responsabile.

Alcuni requisiti sono da verificare in noi prima di aderire ad una comunità: il primo è l'assoluta sincerità con se stessi, domandandoci se siamo disposti a dare più che a ricevere; il secondo è la capacità di lavorare con disponibilità totale, ma senza al-

cun tornaconto per la nostra personalità; il terzo è saper accettare le critiche quando sono giuste ed essere in grado di agire in maniera indipendente.

E' anche possibile formulare qualche criterio per la scelta dei nuovi amici della comunità: innanzitutto è opportuno analizzare bene le motivazioni che li spingono a questa scelta; cercare, poi, di intuire la direzione del loro impegno interiore, che dovrebbe essere sempre orientato verso il futuro; considerare, infine, i desideri, che rappresentano i punti nodali su cui scorre l'esistenza dell'uomo.

Chi si appresta a questo tipo di esperienza dovrà sentirsi il solo responsabile del proprio passato ed essere sufficientemente disidentificato dai vincoli della personalità per poter vivere l'affinità elettiva con i propri ideali.

Di norma è bene non accettare gli egoisti e chi fa della critica il proprio biglietto da visita, poiché altruismo e tolleranza sono doti indispensabili. Sono pre-





ziosi, invece, coloro che ricercano la verità nella vita, liberi da eccessivi condizionamenti e da attaccamenti.

La comunità, dal canto proprio, dovrà accogliere i nuovi ospiti con totale disponibilità, pazienza, amicizia e comprensione: non si deve esigere troppo da chi è appena arrivato ed è opportuno sostituire i consigli con l'esempio, affinché ciascuno impari presto a far da sé. Sarà bene che tutti si sentano come a casa propria, ricordando che, come è stato detto, "la casa è dove noi siamo".

In comunità è indispensabile coltivare l'armonia attraverso l'equilibrio fra momenti di silenzio e momenti di incontro e mediante l'uso appropriato di musica e colori. La casa dovrà essere sempre tenuta pulita, ben areata e gli oggetti trattati con cura. Possibilmente dovrebbe esserci uno scambio amorevole anche con gli altri regni della natura per il recupero di un contatto più diretto, particolarmente col mondo vege-

tales. E', inoltre, opportuno riscoprire il valore della luce e dell'energia solare, facendo in modo che tutte le attività ne siano impregnate.

Possiamo, a questo punto, riportare lo schema dei principi informativi di Poggio del Fuoco.

In questa comunità si attua una libera ricerca: è, perciò, necessario predisporre con atteggiamento sperimentale, alieno da ogni preconcetto e pregiudizio. Si cercherà, quindi, di:

- aderire ad un modello ideale di vita di gruppo con accettazione di regole, ritmi e comportamenti adeguati alla sua realizzazione;
- allenarsi a una gestione coerente di sé per la creazione di un "io di gruppo" funzionale e sintetico;
- eliminare ogni dissonanza ai vari livelli: nei pensieri, nelle parole, nei sentimenti e nelle azioni;
- superare ostilità e criticismo, impegnando tali energie nel processo di miglioramento di se stessi;
- agire secondo il principio di innocuità, sviluppando tolleranza e comprensione;

- utilizzare sempre la parte migliore di sé per evocare la parte migliore degli altri, rispettandone l'individualità anche quando questa presenta aspetti a noi incomprendibili.

E consideriamo anche gli obiettivi che questa comunità si prefigge di raggiungere:

- realizzare un centro di meditazione creativa, secondo gli insegnamenti di Roberto Assagioli e dei suoi ispiratori;
- collaborare con la natura e sintonizzarsi con i suoi ritmi per migliorare la qualità dei rapporti fra tutti gli esseri viventi;
- raggiungere il massimo livello di autonomia per soddisfare le esigenze essenziali;
- costituire un esempio di sviluppo alternativo, utilizzando nuovi sistemi di gestione delle energie umane per la crescita psico-spirituale;
- basare la comunità sull'amicizia, sul lavoro e sulla ricerca del Vero;
- cooperare per fondere gli interessi individuali in un progetto per il bene comune, attraverso l'identità di mete e propositi;
- trasformare l'"idea-comunità" in uno stile di vita adeguato alla conoscenza e alle aspirazioni del gruppo che la sostiene.

Per concludere: una comunità di psicosintesi, a mio avviso, non deve ipertrofizzarsi in modo indiscriminato, né costituire un sistema di vita "chiuso", riservato a pochi eletti, ma, piuttosto, essa deve rappresentare un centro di sperimentazione e rigenerazione bio-psico-spirituale, punto di riferimento per tutti coloro che avvertono la necessità di un momento di interiorizzazione e di scambio profondo.

L'ideale sarebbe che centri di meditazione creativa sorgessero in ogni parte del mondo (collegati fra loro nelle informazioni e nei rapporti interindividuali) fino a creare, nel tempo, quella "nuova" rete di vita che, mediante gli sforzi congiunti degli uomini di buona volontà, porterà in manifestazione l'Era dell'Acquario.

□