



Comunicazione e condivisione Communication and sharing

Giuseppe Campanella (*)

Comunicazione e condivisione sono due fasi dello stesso processo inter-relazionale umano. La suddivisione tra queste due fasi è artificiosa, se si guarda alla realtà quotidiana in cui sono praticamente inscindibili, ma è utile per la comprensione del processo di condivisione.

La parola comunicazione significa "mettere in comune", rendere partecipe qualcuno di qualcosa. Essa richiama alla mente altri due termini: collegamento ed informazione.

Il collegamento, al fine di comunicare, avviene attraverso i mezzi di comunicazione: treno, auto, aereo, nave, con le rispettive vie di comunicazione (linee ferroviarie, strade, rotte marittime ed aeree). Questo collegamento "fisico" può essere diretto, quando una persona si sposta utilizzando uno di questi mezzi per comunicare con altre persone, o può essere mediato attraverso il servizio

Communication and sharing are two phases of the same human inter-relational process. The subdivision of these two phases is artificial, if one looks at our daily reality in which they are practically indivisible, but it is useful for the comprehension of the process of sharing.

The word communication means to place in common, make someone participate in something. It brings to mind two other words: connection and information.

Connection, to communicate, happens through the means of communication: train, car, plane, ship, with their respective ways of communication (railway lines, roads, air and sea routes). This connection "physical" can be direct, when a person moves using one of these means to communicate with other people, or it can be by post. A connection using only verbal expressions is the telephone, that recently has found in the fax a further application.

CONDIVIDERE SHARING

postale. Un collegamento affidato solo all'espressione verbale è quello telefonico, che recentemente ha trovato nel fax un'ulteriore applicazione.

I mass-media (giornali, radio, televisione) hanno ampliato straordinariamente nel nostro secolo le potenzialità di comunicazione. La televisione, che è entrata negli ultimi anni sempre più nella vita di buona parte dell'umanità, privilegia la comunicazione per immagini. Rispetto agli altri sistemi di comunicazione, i mass-media hanno la peculiarità di essere una comunicazione a senso unico, in cui il lettore-ascoltatore-spettatore viene a trovarsi in una posizione eminentemente passiva di "recipiente" di ciò che gli viene propinato.

È evidente che attraverso i mezzi di comunicazione e i mass-media l'umanità ha superato l'impedimento basilare alla comunicazione costituito dalla distanza fisica, che per millenni l'ha limitata. Questo progresso è chiaramente di importanza enorme per il cammino dell'umanità.

L'aumento delle possibilità di comunicare ha accresciuto proporzionalmente la possibilità di informazione. Siamo continuamente informati di innumerevoli attività programmate da altre persone, ci vengono segnalati continuamente codici di comportamento a cui ci viene chiesto di adeguarci. Apprendiamo molti eventi che accadono in ogni parte del pianeta, spesso con una crudezza ed una immediatezza che creano un senso di corresponsabilità impotente nell'inconscio personale e collettivo, specie tra i giovani. I mass-media sono pesantemente usati per l'informazione puramente commerciale della pubblicità, ma sono utilizzati proficuamente anche a scopo didattico e contribuiscono ad accrescere il livello culturale medio dell'umanità.

Oltre alla comunicazione verbale, per suoni e per immagini, esiste quella gestuale, tattile, gustativa, olfattiva: i cinque sensi sono i recettori delle nostre comunicazioni e costituiscono il fondamento della vita di relazione, non solo a livello consapevole, ma in grandissima parte inconsciamente. Le parole, i gesti, gli atteggiamenti, le espressioni, spesso comunicano molti più contenuti inconsci del messaggio consapevole che si vuole trasmettere. Chi vede, chi ascolta, può a sua volta percepire più o meno consapevolmente o inconsciamente questi contenuti. Il messaggio consapevole è nella relazione comunicativa come la punta di un iceberg. Assagioli ci ha insegnato che attraverso la suggestione si può influire potentemente sull'inconscio, a volte con il recondito scopo di manipolare le coscienze.

La comunicazione è la base strumentale per la condivisione. Se non comunico non condivido; se ho condiviso ho comunicato. Comunicare è mettere in moto i mezzi che abbiamo a disposizione; condivisione è il contenuto della comunicazione. Questo contenuto va da un livello puramente informativo, fino al mettere in gioco se stessi, al trasmettere un vissuto personale, profondo della propria coscienza, nel bene e nel male. Nella condivisione si esce

The mass media (newspapers, radio, television) have really expanded in this century the potential of communication. The television, which has entered more and more into the lives of everyone in the last few years, communicates principally via images. With respect to the other communication systems, the mass media have the peculiarity of being a one-way communication, in which the reader-listener-viewer finds him/herself in eminently passive situation of "receiver" of that which is transmitted.

It is clear that through the means of communication and the mass media humankind has overcome the basic obstacle of communication, physical distance, which for thousands of years was the limiting factor. This progress is clearly of great importance for the progress of humankind.

The increase in the possibilities of communication has proportionally increased the possibility for information. We are continuously informed of innumerable activities planned by others, we are continuously shown codes of behaviour to which we are asked to adhere. We are informed of many events that happen in every part of the planet, often with a coarseness and immediacy that create a sense of impotent co-responsibility in the personal and collective unconscious, especially among the young. The mass media are heavily used for the information, purely commercial, of publicity, but are also used profitably for education purposes and contribute in increasing the average cultural level of humankind.

Other than verbal communication for sounds and images, there is also the one for gestures, touch, taste, and smell: the five senses are the receivers of our communication and are the basis of our life of relationships, not only at the conscious level, but to a large extent at the unconscious one.

Words, gestures, behaviour, expressions often communicate much more unconscious content than the conscious message that we want to transmit. Who sees, who listens can perceive, more or less consciously or unconsciously, these contents. The conscious message is like the point of an iceberg in the communicative relationship. Assagioli taught us that through suggestion one can powerfully influence the unconscious, sometimes with the obvious aim of manipulation of the consciousnesses.

Communication is the basis for sharing. If one cannot communicate one cannot share; if one has shared one has communicated. To communicate is to use the means that we have available: sharing is the content of the communication. This content goes from a purely informative level, to the giving of ourselves, transmitting something that we have personally lived, profoundly in our consciousness, for good or for bad. In sharing one leaves the impersonal, the detachment of the news, of the

CONDIVIDERE SHARING

dall'impersonalità, dal distacco dalla notizia di cronaca, dalla comunicazione di servizio, dalla trasmissione di informazioni, e si partecipa con la propria esperienza esistenziale, col proprio grado di consapevolezza e di integrazione.

Comunicazione e condivisione avvengono ai vari livelli della personalità: fisico, emotivo e mentale. Nella condivisione la coloritura emotiva acquista un'importanza evidente, che si decanta ed essenzializza in una personalità integrata. In questo caso, dalla condivisione di un materiale psichico grezzo, diffluente, polimorfo, si passa a condividere una sintesi, anche se parziale: la sintesi mediata dall'intuizione.

Il messaggio sintetico che trasmetto dalla mia coscienza è la "qualità" della condivisione. Questa purificazione verso la sintesi percorre un lungo cammino, dalla menzogna alla verità, dalla separatività all'inclusività, dalla diffluenza al volere insieme. Ciascuno condivide secondo il grado di consapevolezza e di integrazione personale raggiunto, ma la qualità della condivisione dipende oltre che dal conseguimento di un Io centrale, stabile, dal suo allineamento con la volontà del Sè. Allora la condivisione avviene sul piano transpersonale.

Alcuni condividono continuamente nella loro vita, altri per propria natura sono più schivi nel condividere. Chi condivide troppo rischia l'invadenza, la prepotenza; chi condivide poco rischia l'esclusione, l'isolamento. Nella condivisione avviene l'apertura empatica all'altro, che comporta il momento propositivo della manifestazione di sé e il momento recettivo dell'accoglienza. Nello scambio della condivisione possiamo percepire e sperimentare il nostro ermafroditismo psichico.

Condividere significa dividere insieme, spezzare il pane e mangiarne ciascuno una parte. Mangio il pane della tua vita, ti do il pane della mia vita. Perciò il simbolo della condivisione è la mensa, in cui ciascuno dei commensali reca un cibo preparato da sé (ovvero la propria proposta personale) che gli altri possono degustare e apprezzare nelle sue sfumature e nella sua interezza (ovvero l'accettazione empatica della proposta altrui).

L'uso dei mezzi di comunicazione per migliorare la condivisione è diventato un aspetto della vita quotidiana dell'umanità, di importanza per molti inconsapevolmente crescente. Grazie a questi mezzi l'umanità sta camminando più speditamente nel processo interrelazionale, che ci mette continuamente di fronte all'illusione della separazione. Ma se è stato fatto un grande progresso sotto il profilo della comunicazione, dobbiamo ancora crescere molto sul piano della condivisione, perché essa diventi matura, consapevole, integra, profonda. Condivisione matura significa abbattere le barriere della paura, della violenza, della separazione, ristabilire quella gioiosa contiguità che gli esseri umani più evoluti, i pionieri di questo cammino, hanno cercato e gustato. □

communication in service, of the transmission of information, and one participates with one's own existential experience, with one's level of awareness and integration. Communication and sharing happen at various levels of the personality; physical, emotive, and mental. In sharing emotive colouring, which is decanted and essentialised in an integrated personality, has a clear importance. In this case, from the sharing of a raw physical material, divided, polymorphic, one passes to the sharing of a synthesis, even if only partial, synthesis mediated by intuition.

The synthetic message that I transmit from my consciousness is the "quality" of the sharing. This purification towards synthesis follows a long path, from the lie to the truth, from separation to inclusion, from divergence to wanting together. Each person shares in accordance with his/her attained level of consciousness and personal integration, but the quality of the sharing depends on more than the achievement of a stable, central I, from its alignment with the will of the Self. Then the sharing happens on a transpersonal level.

Some people continually share their lives, others due to their nature are less willing to share. Who shares too much risks being invasive, dictatorial; who shares little risks exclusion, isolation. In sharing there is the empathic opening to another, which is the purposeful moment of the manifestation of the Self and the receptive moment of receiving. In the exchange of sharing we can perceive and experience our psychic hermaphroditism.

Sharing means dividing between ourselves, break the loaf of bread and each person eats a part. I eat the bread of your life, I give you the bread of my life. Thus a symbol of sharing is the communal table, where each person brings some food prepared by themselves (that is their own personal proposal) that the others can eat and appreciate in its subtleness and wholeness (that is the empathic acceptance of someone else's proposal).

The use of the means of communication to improve sharing has become an aspect of humankind's daily life, of which many people perceive unconsciously the growing importance. Thanks to these means humankind is progressing faster in its inter-relational process, which continuously confronts us with the illusion of separation. But if great progress has been made in the field of communication, we must still evolve so much more on the level of sharing, so that it can become mature, aware, integral, profound. Mature sharing means eliminating the barriers of fear, violence, separation, to re-establish the joyful contiguity that more evolved human beings, the pioneers of this path, looked for and found. □

(*) Direttore del Centro di Psicointesi di Napoli