

# **Alla ricerca di un linguaggio dell'esperienza: le frontiere della psicosintesi**

**Massimo Rosselli**

La psicosintesi nasce, attraverso il suo stesso nome, come linguaggio di unità e di dialettica. Roberto Assagioli, il suo fondatore, ad esempio, non la prospettò mai in antitesi all'analisi sul cui filone si innesta, spartendone alcuni territori e frontiere. Egli, come Fromm e altri innovatori della psicologia contemporanea, era interessato ad ampliare i campi dell'uomo, senza negare gli importanti contributi offerti da diversi approcci, ma spingendosi oltre le rispettive frontiere, in una visione appunto inclusiva e sintetica che permettesse il dialogo reciproco di metodi e tecniche, collegati da sempre mutevoli situazioni esistenziali. Su un piano metapsicologico e di struttura della personalità la psicosintesi enfatizza, quasi drammatizzandola, la molteplicità intrapsichica. Da un lato troviamo infatti il concetto di subpersonalità: vere e proprie "piccole personalità" o personaggi all'interno della personalità globale in cui atteggiamenti, desideri, emozioni, qualità ecc. si organizzano intorno a un nucleo centrale sintetizzatore (di solito un bisogno). Il lavoro sulle subpersonalità è anche un modo di dialogo analitico con l'inconscio, utilizzando varie forme di tecniche in cui si esprime la "scena teatrale" della psiche. Ciò rivela inoltre una visione organizzativa di tipo "concentrico" di cui la psicosintesi si fa portavoce, in cui sia le componenti di ogni subpersonalità, sia quest'ultime in relazione alle altre tendono, da un insieme frammentato e spesso conflittuale, ad organizzarsi, nel processo psicosintetico, intorno ad un centro integratore e sintetizzatore. Questa doppia visione reciprocamente dialettica di molteplicità e di unità, che svolge la funzione di centro sintetizzatore, trova ulteriore espressione nella considerazione dei vari livelli di inconscio: l'analisi dell'inconscio personale e collettivo riafferma l'appartenenza della psicosintesi alla psicologia del profondo con molte similitudini sia teoriche che tecniche. Soprattutto Jung è considerato da Assagioli (3) il più vicino nella prassi e nella teoria della psicosintesi. Nondimeno nell'approccio psicosintetico le frontiere dell'inconscio vengono ampliate, allo stesso tempo definendone ulteriormente il territorio, fino ad includere la cosiddetta dimensione transpersonale. Essa include le intuizioni e ispirazioni di tipo artistico, filosofico e scientifico, la creatività geniale, le spinte etiche e altruistiche (l'amore transpersonale), gli stati di illuminazione, contemplazione, estasi. L'esplorazione delle nostre potenzialità e delle "mète più avanzate della natura umana" (5) estendono il campo dell'analisi sia sul piano dei contenuti, sia su quello dei mezzi e delle tecniche per accedere a tale dimensione. Poiché infatti il transpersonale si colloca oltre il livello mentale emotivo della personalità, lo stesso linguaggio comunicativo soprattutto verbale ne risulta influenzato e si rivela insufficiente, alla ricerca di nuove forme espressive, spesso simboliche e non verbali (anche corporee). L' "analisi" dell'inconscio transpersonale rimette quindi in discussione le più tradizionali metodologie interpretative, lasciando spazio a un atteggiamento intuitivo meditativo in cui anche il silenzio diviene mezzo di comunicazione intrapsichica e interpersonale. Un altro modo con cui la psicosintesi esprime la sua visione di molteplicità dialettica e di linguaggio, è l'importanza data alle funzioni psichiche e alla tipologia umana. Così come per Jung, ciò sostanzia l'uso di diverse vie di accesso alla complessità dell'uomo adattate a specifiche situazioni. La varietà della tipologia ci indica quali funzioni sono più importanti come veicolo espressivo e conoscitivo in tempi diversi del processo esistenziale e psicosintetico. Non casuale è la considerazione data ad altre funzioni oltre

le classiche quattro di Jung (sensazione, sentimento, ragione, intuizione) e cioè l'impulso desiderio, l'immaginazione, la volontà. La prima considerata una funzione dinamica che spinge all'azione testimonia l'importanza data all'espressione esterna nella vita (il cosiddetto "grounding" o ancoraggio) di ciò che viene elaborato internamente come lavoro di esperienza soggettiva. Quanto all'immaginazione essa assume per Assagioli dignità di funzione indipendente anche se particolarmente legabile con le altre. Il suo uso nelle varie tecniche di immaginazione e visualizzazione simbolica è ampio e significativo nella prassi psicosintetica. Infine la volontà, la cui sola menzione crea comprensibilmente diffidenza (2) ed equivoci, perché subito associata alla "forza di volontà" dominante e oppositiva delle altre istanze psichiche, e propria di un'epoca prepsicoanalitica. La psicosintesi propone una riscoperta della volontà a favore di un'ampia visione del processo della volizione la cui fenomenologia appare sofisticata sotto forme di aspetti, qualità, stadi che la legano all'intero processo psicologico. Non è giusto leggere Assagioli come colui che enfatizza la volontà a scapito dell'inconscio. La volontà è a sua volta inconscia finché non se ne fa l'esperienza. Quest'ultima è per la sua sottigliezza uno di quei momenti in cui il linguaggio può apparire insufficiente. E in questo caso più espressivo forse un linguaggio immaginativo - simbolico quale ad esempio il "tirare l'arco" o "essere al timone di una barca".

Il processo di consapevolezza in psicosintesi si integra con quello di direzionalità, scelta, sintesi, qualità della volontà in senso assagioliano. E sono proprio coscienza e volontà le due funzioni centrali dell'Io di cui in psicosintesi si prospetta l'esperienza come centro di autocoscienza disidentificato dai vari contenuti. L'esperienza dell'Io è altrettanto sottile e difficilmente descrivibile come quella della volontà; infatti è un modo di sperimentare quest'ultima e viceversa. Il concetto di Io è più essenziale anche se con alcune importanti similitudini rispetto alla descrizione dell'Io in psicoanalisi, e ci porta direttamente ad uno dei nuclei forti delle mappe territoriali psicosintetiche di cui rappresenta la frontiera più avanzata: il Sé. Esso è postulato non come una figura trascendente ma come un centro di identità di cui è possibile fare l'esperienza nei suoi due livelli: Sé personale o Io, di cui prima è stata fatta menzione, e Sé transpersonale. Quest'ultima è una esperienza più rara di paradossale unità tra individualità e universalità. Assagioli, citando testimonianze e osservazioni su un punto di ancora maggiore difficoltà di linguaggio, ha il coraggio di proporre uno studio scientifico e pragmatico, nella psicologia moderna di realtà spesso confinate al campo cosiddetto "spirituale" o ad una psicologia transculturale lontana dalle nostre tradizioni. È merito della psicologia transpersonale negli ultimi 20 anni avere confermato e approfondito le proposte pionieristiche di Assagioli, già fino dagli anni '20, che non si limitò a parlare dell' "ineffabile" ma prospettò tecniche e metodi per entrare in contatto con certi livelli di coscienza (psicosintesi transpersonale). È proprio nella dimensione transpersonale dove il linguaggio verbale trae maggiori difficoltà espressive e dove invece il linguaggio simbolico metaforico risulta più congeniale. Del resto, le stesse tecniche di accesso al transpersonale come quelle meditative sottolineano nel silenzio un mezzo privilegiato di comunicazione intrapsichica con minor enfasi sulla comunicazione interpersonale di certe esperienze. È infatti talvolta più difficile comprendere e interpretare il livello transpersonale nei suoi linguaggi espressivi di cui spesso la parola è mezzo insufficiente. Anche sul piano psicopatologico lo psicoterapeuta può "leggere" varie forme di sofferenza che nella loro manifestazione nevrotiforme, psicosomatica o anche similpsicotica sono legate alla dimensione transpersonale e non a tematiche personali infantili, pur talvolta mescolandosi a queste ultime e complicando il quadro.

Ogni livello della personalità e dell'inconscio ha la sua espressività, la sua psicopatologia (1,7), i suoi meccanismi di difesa (4). La molteplicità tecnica, che nella psicosintesi si

prospetta, rientra ancora una volta nella valorizzazione dei linguaggi diversi dell'esperienza umana, nella varietà dei tipi psicologici.

Troviamo infatti anche in senso analitico l'uso di tecniche non solo verbali (il disegno, lo scrivere, l'uso dell'immaginazione e di tecniche corporee). Tutto ciò non nel segno di un eclettismo di mezzi, ma come realizzazione che ogni individuo ha un proprio modo di comunicare ed entrare in contatto col processo interno e ciò che interessa il processo psicosintetico è la possibilità di integrare e sintetizzare i vari livelli e funzioni.

Infatti, alcuni veicoli espressivi possono essere privilegiati, ma allo stesso tempo si può verificare una crescita di ciò che è poco sviluppato verso una sintesi e non una frammentazione separativa di corpo-mente-emozioni-transpersonale. Parlare di questi livelli, che sono anche funzioni espressive dell'essere umano, con la loro molteplicità di linguaggio, sembra riproporre una separatività di aree e di parti in realtà mescolate, copresenti, indivisibili, secondo vari gradi di sintesi. Ad esempio proprio il corpo, sempre incluso in ogni esperienza umana, ci appare come un tipico esempio di luogo di sintesi in cui si incontrano i vari livelli dell'essere, rappresentando si e mescolando le loro lingue in un neolinguaggio non preclusivo ma almeno temporaneamente sostitutivo delle parole. Questa lingua "bastarda" sempre psicosomatica (6) è il linguaggio della sintesi che diviene via via più misterioso per le nostre abitudini comunicative quanto più l'esperienza di sintesi si fa ampia e inclusiva verso le frontiere più avanzate della nostra transpersonalità e del Sé.

Sono queste le frontiere della stessa psicosintesi: un tentativo, ancora incompiuto e aperto a nuove acquisizioni, di ricercare e comprendere i linguaggi non solo dimenticati, ma anche sconosciuti dell'esperienza.

## **NOTE BIBLIOGRAFICHE**

- (1) ASSAGIOLI R., Principi e Metodi della Psicosintesi Terapeutica, Astrolabio 1973.
- (2) ASSAGIOLI R., L'Atto di Volontà, Astrolabio, 1974.
- (3) ASSAGIOLI R., Jung e la Psicosintesi. Corsi di lezioni Istituto di Psicosintesi, 1966.
- (4) FERRUCCI P., Crescere, Astrolabio, 1981.
- (5) MASLOW A., The Farther Reaches of Human Nature, Ed. Penguin 1973.
- (6) ROSSELLI M., ALLAMANI A., (a cura di), La Formazione Psicosomatica, Ed. Università di Messina, 1984.
- (7) WILBER K., The Atman Project