

Gaetano Russo
COSCIENZE ORIENTATE VERSO IL DOMANI

Nei giorni in cui preparavo questo intervento, la crisi sanitaria che abbiamo vissuto nel corso della primavera scorsa si è rapidamente riappropriata della scena e le ansie e le paure, che sembravano dimenticate, stanno diventando ogni giorno più forti e palpabili. Gli occhi delle persone che incontriamo nelle vie cittadine sembrano smarriti, come se non ci fosse più nulla da dire o fare, e le mascherine non bastano a nascondere lo sconvolgimento e il disorientamento delle coscienze.

Ancora una volta, la paura della morte – capillarmente diffusa ed esasperata dai media – rischia di paralizzare le coscienze, radicalizzando l'identificazione con il corpo fisico e sollecitando l'istinto di conservazione – proprio del mondo animale – a esso connesso. I pensieri scatenati da questo “*tsunami*” emotivo stanno ammorbando la sfera psichica del Pianeta, aggredendo il fondamentale – ma delicato e precario – equilibrio tra mondo fisico e mondo psichico sul quale si regge anche il nostro sistema immunitario, che ne resta indebolito proprio nel momento nel quale ci sarebbe più necessario. E invece, come ci ha detto Annamaria La Vecchia, la paura ci costringe a cercare fuori di noi il rimedio.

Eppure, come ogni crisi, anche questa ci si presenta con una duplicità caratteristica: da un lato, la rottura degli equilibri precedenti e la difficoltà/impossibilità a recuperarli, a tornare come prima; dall'altro, la necessità di trovare nuove soluzioni che la situazione critica ci indica. Sì, che “*la crisi ci indica*”, perché, per quanto improvvisa, essa è l'effetto di cause già presenti in precedenza, delle quali non avevamo tenuto conto quando c'illudevamo che tutto andasse bene. La crisi, mettendo in discussione il passato, ci mostra che ciò che è stato non funziona più, non è più adeguato. E così, ci sollecita a guardare in modo nuovo il presente; ci chiede di mettere in moto cause nuove per un futuro diverso; ci indica la direzione del cambiamento.

Ci sentiamo disorientati. Ci mancano le “*nostre sicurezze*”, le “*nostre abitudini*”, i punti fermi delle “*cose da fare*”. È certamente una situazione difficile, ma che non dovrebbe essere inconsueta, perché dovremmo avere imparato che vivere significa affrontare qualsiasi circostanza ci si presenti, anche se difficile. Le circostanze difficili presentano da sempre problemi, e potremmo affermare che vivere significa soprattutto misurarsi con dei problemi, perché accade spesso, nel corso della nostra vita, che siamo chiamati a scegliere degli obiettivi ancor prima di poterli vedere con chiarezza, a prendere delle decisioni ancor prima di essere pronti a prenderle.

Come orientare allora le nostre coscienze? La risposta a questa domanda non possiamo trovarla cercandola fuori di noi (come siamo abituati a fare quando vogliamo trovare risposta a un problema già risolto, magari cercandola su Google), né possiamo pensare che tale risposta sia una sola, eguale per tutti e per tutte le situazioni problematiche. Sì, perché ci sono alcune domande che prevedono risposte univoche e altre che invece prevedono risposte molteplici, a volte anche contraddittorie. Le prime sono domande alle quali è possibile rispondere con la mente logico-razionale, con la ricerca scientifica, con la tecnologia. Le seconde sono domande che ci mettono di fronte a una coppia di opposti, alle quali non è possibile rispondere con “sì” o “no”, “giusto” o “sbagliato”, “vero” o “falso”, davanti alle quali la mente logico-razionale balbetta.

Cosa differenzia le une dalle altre? Per poter vedere tale differenza, è necessario guardare al come nella vita quotidiana il nostro sguardo si ferma normalmente a ciò che appare, alla sola dimensione orizzontale. Quella che chiamiamo “*realtà*” si limita al confine esteriore delle cose che guardiamo, alla loro “*apparenza*”. A questo livello, le differenze sono soltanto quantitative, perché questo è il livello della materia, nel quale i gradi di differenziazione rispondono a precise leggi naturali e possono essere misurati, pesati e, così, “*conosciuti*”.

Il fatto che la “*realtà*” non si limiti al livello della materia è, però, un dato della nostra esperienza, perché siamo in grado di vedere la differenza tra qualcosa di inanimato e qualcosa di vivo. La vita rappresenta una capacità che non possiamo riscontrare a livello materiale, ma che, sebbene non ci sia possibile misurarla e pesarla, esiste anche se non sappiamo spiegare perché. A questo livello, le differenze non sono più soltanto quantitative, abbiamo bisogno di un nuovo criterio per distinguerle, quello della “*qualità*”. Sebbene le qualità della vita possano essere percepite e apprezzate nelle loro più sottili sfumature, non sono “*scientificamente*” misurabili e, di conseguenza, non sono considerate come “*oggettive*” da coloro che si ostinano a identificare la “*realtà*” con la “*evidenza*”, cioè con l'apparenza.

Con la vita, il nostro sguardo è costretto a sollevarsi dalla dimensione orizzontale, aggiungendovi quella verticale. Dalla materia alla vita c'è un salto di livello che, senza negare la dimensione materiale, vi aggiunge una capacità più ampia che la comprende, come una sfera più ampia comprende in sé quella meno ampia.

Proseguendo in questa direzione verticale, siamo ancora in grado di vedere la differenza tra vita e coscienza. La coscienza rappresenta una ulteriore capacità rispetto alla vita, con qualità specifiche, anch'esse non misurabili, non “*oggettive*”, ma percepibili.

A questo punto, la direzione verticale ha ampliato talmente il nostro campo visivo da metterci in grado di vedere la differenza tra coscienza e autocoscienza. A livello dell'autocoscienza, facciamo esperienza di un soggetto: un io consapevole di essere consapevole; capace di guardare e conoscere la Realtà in ogni direzione, anche all'interno di sé; capace di scegliere.

Nella nostra esperienza, non ci può essere vita senza che ci sia “*materia vivente*”; come non ci può essere coscienza senza che ci sia “*materia vivente consapevole*” e, ancora, autocoscienza senza che ci sia “*materia vivente, consapevole, cosciente di sé*”. È quindi assurda una visione che reputa “*reale*” solo la materia inanimata e considera come “*non reali*”, perché “*soggettive*” – cioè, non esistenti – le dimensioni della vita, della consapevolezza e dell'autocoscienza, perché più interna è qualcosa, meno visibile ai sensi fisici essa è.

Questa progressione dalla materia all'autocoscienza è anche riconoscibile attraverso il passaggio dalla passività all'attività. A livello della materia inanimata, l'attività è così poco manifesta da apparire come passività. A livello del mondo vegetale, nel quale appare la vita, c'è già una certa attività che si manifesta come capacità di adattamento alle, e di utilizzazione delle, circostanze esterne. A livello del mondo animale, non solo l'attività esteriore è enormemente maggiore, ma si manifestano – nei suoi rappresentanti più evoluti – anche stati emotivi (come contentezza, tristezza, paura, sicurezza di sé, tensione dell'attesa, ecc.) che dimostrano un'attività interiore che è già possibile definire “*coscienza*”. A livello umano, si manifesta un'attività ancora più ampia, perché c'è un soggetto cosciente di sé che dice io voglio, nel quale l'attività esteriore è la manifestazione dell'attività interiore consapevole; un soggetto che è in grado di imparare dal passato, sperimentare nel presente e progettare per il futuro.

A mano a mano che si va dalla passività all'attività, è anche possibile cogliere l'apparire e il crescere di uno “*spazio interiore*”, progressivamente più ampio. È in questo spazio interiore, creato dalle capacità di vita, coscienza e autocoscienza, che si manifesta la libertà. A livello della materia inanimata, esiste solo necessità perché non c'è ancora uno spazio interiore. A livello vegetale e animale, tale spazio – anche se non sempre facilmente percepibile – è certamente intuibile. A livello umano, ne abbiamo esperienza come spazio della libertà e della creatività. E anche se la maggioranza degli esseri umani, per la maggior parte del tempo, non utilizziamo questo spazio e ci lasciamo vivere in modo

automatico, quando facciamo uso della nostra capacità di autocoscienza viviamo veramente ed entriamo nella dimensione della libertà, dov'è possibile il cambiamento. Perché soltanto nei momenti di autocoscienza possiamo utilizzare la volontà e scegliere di lasciare le abitudini del passato (che hanno determinato le nostre azioni nel presente) per strutturarne di nuove (che determineranno le nostre azioni nel futuro). M. Vittoria Randazzo diceva: "Guardare al futuro, agendo nel presente".

A questo punto, possiamo tornare alla domanda che avevamo lasciato in sospeso: cosa differenzia le questioni che prevedono risposte univoche – alle quali è possibile rispondere con la mente logico-razionale, con la ricerca scientifica, con la tecnologia – dalle questioni che invece prevedono risposte molteplici (a volte, anche contraddittorie), che ci mettono di fronte a una coppia di opposti e alle quali non è possibile rispondere con "sì" o "no", "giusto" o "sbagliato", "vero" o "falso"?

La differenza sta nel fatto che le prime sono domande relative a problemi risolvibili attraverso l'intelligenza, il metodo scientifico, l'affinamento tecnologico. Le risposte a queste domande progressivamente convergono fino alla risoluzione del problema – che è risolto una volta per tutte – e tale soluzione è offerta a chiunque come istruzione da seguire o oggetto da utilizzare. I problemi di questo tipo non hanno nulla a che fare con quelle capacità che abbiamo chiamato vita, coscienza, autocoscienza.

Le seconde sono, invece, proprio le domande che riguardano la vita, la coscienza, l'autocoscienza; domande che ci confrontano con problemi non risolvibili, la cui risposta non può mai essere "sì" o "no", "giusto" o "sbagliato", "vero" o "falso". Le risposte a queste domande divergono, perché riguardano quello spazio interiore – creato dalle capacità di vita, coscienza e autocoscienza – nel quale si manifesta la libertà di scelta della direzione in cui muoversi.

Le domande di questo tipo ci pongono di fronte a coppie di opposti e il tentativo di negare uno di questi poli è destinato a fallire, come fallirebbe chi tentasse di separare i due poli di una calamita (gli opposti si riprodurrebbero all'infinito). Posti di fronte a domande suscitate da problemi quali "*vita o morte*", "*crescita o decadenza*", "*libertà o obbedienza*", non ci è possibile rispondere scegliendo una parte del problema, perché pur scegliendo la vita, la crescita, la libertà, dovremo sempre confrontarci con la morte, la decadenza, l'obbedienza; e ciò sarà vero anche per il contrario. Inoltre, qualsiasi scelta faremo, non troveremo mai una risposta risolutiva, utile per tutti, perché sarà sempre la "*nostra*" risposta, temporaneamente risolutiva e utile per il livello attuale della nostra coscienza che, proprio attraverso tale risposta, crescerà, fino a non essere più soddisfatta dalla risposta che ci eravamo data e a riproporci la medesima domanda a un livello più profondo. Vittorio Viglienghi ha indicato la perfezione come una meta mai definitiva, perché la realizzazione di un fine apre la possibilità di vederne un altro ulteriore, più perfetto.

Le domande che coinvolgono la vita, la coscienza, l'autocoscienza, riguardano problemi che non possono essere "*risolti*", ma richiedono qualcosa di radicalmente diverso: chiedono di essere "*trascesi*". Gli opposti che suscitano queste domande sono opposti a livello della vita ordinaria, degli automatismi delle abitudini e delle pseudo-sicurezze, della logica e della personalità, ma possono dar vita a qualcosa di nuovo a livello dell'identità umana, dove si colloca l'autocoscienza. Da questo punto di vista più elevato e ampio, gli opposti si compongono in una sintesi, resa possibile da una energia superiore che li ricomprende entrambi.

Cos'è questa energia superiore che produce una sintesi? In realtà, essa è già attiva nelle coppie di opposti che si fronteggiano, così generando una tensione che rende più acuta la nostra sensibilità. Inizialmente, si tratta di una tensione percepita e vissuta come conflittuale; una tensione che è dentro

di noi, ma che vediamo proiettivamente nel mondo esterno, perché, come scriveva R. Assagioli citando Jung, “vediamo fuori di noi tutti i conflitti che non riusciamo ancora a vedere dentro di noi”.

Non riuscendo a risolvere sul piano logico il conflitto posto dagli opposti, l'energia da tale conflitto generata costringe la nostra coscienza ad ampliarsi fino a contattare le facoltà mentali analogico-intuitive che già ci appartenevano, ma che non sapevamo di avere. È a tale livello “*a-logico*”, che compaiono energie di qualità superiore (amore, fratellanza, gioia, che espandono la Rete della Vita – Donatella Randazzo), capaci di operare una sintesi. Da tale punto di vista più elevato e ampio, i due opposti si rivelano come polarità di un unico campo di energie che, attraverso la loro contrapposizione, creano in noi una tensione creativa per far nascere il nuovo. Come ci ha detto Ina Di Bella, il conflitto genera energie evolutive dalle quali nasce il Nuovo.

Non si tratta di un processo lineare, logico-razionale, ma di un processo non lineare, che permette un salto al di là della mente logico-razionale, in quella che è la sfera dell'intuizione. È infatti nella sfera intuitiva che ci è possibile cogliere l'interazione tra gli opposti come uno spazio in cui i due poli non si fronteggiano con il dito puntato l'uno contro l'altro, ma si svelano come parti essenziali di un campo che li comprende entrambi, un campo che conferisce loro un significato che da soli non potrebbero avere. Un significato che rivela come la relazione tra gli opposti genera un campo energetico, è un sistema, cioè una totalità integrata, le cui proprietà non possono essere ridotte a quelle dei suoi componenti.

Questo della totalità integrata è un concetto relativamente nuovo che si fonda sul principio della sintesi che Roberto Assagioli aveva postulato a fondamento della tendenza – insita nella nostra struttura psichica – a creare continue aggregazioni strutturate tra le varie parti delle quali siamo composti. Negli esseri umani esiste una precisa spinta verso l'integrazione e la sintesi, ma tale integrazione deve essere realizzata attraverso le esperienze della vita, perché non ci è data con la sola nascita del corpo fisico. Integrazione significa la creazione/scoperta in noi stessi di un centro di energia e di libertà, che ci rende “*soggetti*”, padroni del nostro spazio interiore – chiamato autocoscienza – dal quale agire consapevolmente nel mondo esterno.

Fin dall'antichità, si è ritenuto che tutte le manifestazioni della realtà fossero generate dall'interazione dinamica tra due forze polari (maschile e femminile, yin e yang, spirito e materia) che, entrando in relazione e alternandosi ritmicamente, producono ciò che chiamiamo creazione, fanno cioè nascere qualcosa di nuovo.

La caratteristica della creatività è quella di un mutamento continuo, di una flessibilità perenne, che rifiuta qualsiasi rigidità, rifiutando anche quanto di buono è stato realizzato, nella ricerca di un buono sempre più buono, di un bello ancora più bello, di un vero vieppiù vero, perché, in realtà, non vi è nulla di tanto buono, di tanto bello, di tanto vero, che possa rimanere statico.

L'analogia con il nostro corpo fisico ci permette di cogliere il senso di questo mutamento. A livello fisico esistono meccanismi di autoregolazione che permettono di mantenerci in uno stato di equilibrio dinamico chiamato “*salute*”. In nessun istante della vita fisica possiamo trovare qualcosa di definitivo o di statico, anche se c'illusiamo continuamente del contrario e ci affanniamo nell'inutile tentativo di rendere statica la nostra vita. L'unica stabilità possibile è, invece, dinamica ed è data da continui aggiustamenti (che possiamo chiamare anche “*crisi*”), attraverso i quali si svolge il processo di sviluppo verso uno stato di equilibrio sempre nuovo e sempre provvisorio. Annamaria La Vecchia diceva: la guarigione non consiste nel tornare come prima, è la creazione di un nuovo equilibrio.

Non si tratta, allora, di eliminare qualcosa dalla nostra vita (ciò che non ci piace, ciò che mette in crisi l'equilibrio raggiunto, che consideriamo sbagliato o scomodo), ma di sviluppare una capacità

nuova: quella di contenere la tensione creata dai problemi generati dalle coppie di opposti, riconoscendo che il nuovo non può nascere dal vecchio. Anche quando questo vecchio è stato il nuovo di ieri; anche quando è stato una conquista realizzata con sforzo, ma che oggi deve essere superata.

Possiamo dire che il compito dell'umanità – e quindi di ogni essere umano – è di realizzare una funzione precisa nell'opera totale di quel vasto e strettamente integrato sistema vivente che chiamiamo Terra: estrarre la coscienza da tutte le attività nel campo del Pianeta. Ina Di bella ha citato un brano dell'Agni Yoga secondo il quale "l'uomo è il ponte gettato tra i Mondi" e Daniela Napoli e Sarah Bersani hanno accostato i "meditatori" ai "mediatori" che costruiscono "ponti".

Estrarre coscienza, significato e valore dall'esperienza richiede, però, un tipo specifico di attività a livello mentale: saper vedere la forma e il significato delle relazioni tra gli eventi, vedendoli come parti funzionali di un tutto più vasto. Occorre cioè superare il tipo di giudizio basato su "buono/cattivo", "accettazione/rifiuto", che dà per scontato che le esperienze della vita si dividano in due categorie: quelle da accettare e quelle da rifiutare. In tal modo, si esclude dall'esperienza metà dei contenuti della vita. E più si esclude, più le generazioni future (o, in una vita individuale, gli anni dopo i 40) ne soffriranno le conseguenze. Perché, come ci ha detto Donatella Randazzo, la separatività ostacola la visione integrata della realtà.

Occorre imparare a utilizzare un altro tipo di giudizio, basato sulla coerenza e il significato di tutte le esperienze. Questo tipo di giudizio non fa riferimento a una qualità buona o cattiva dell'esperienza, ma al fatto che la disposizione di tutti i fattori sia coerente e significativa. Esso ha il grande vantaggio di non escludere alcun elemento o contenuto (trasformandolo così in una forza negativa), ma di ordinarli tutti secondo l'importanza del loro significato all'interno del sistema di relazioni nel quale stiamo vivendo. Luci e ombre, bianchi e neri, concorrono tutti a formare un quadro significativo dell'esperienza, trasformando gli ostacoli esterni, le situazioni problematiche, i conflitti, in occasioni potenzialmente costruttive e di crescita.

Come ho già detto, anche la crisi è un evento che ci indica la possibilità/necessità di cambiare, ci aiuta a prendere atto di qualcosa in noi stessi che fino a quel momento avevamo ignorato o preferito ignorare, proiettandola all'esterno di noi. La crisi sollecita una rinuncia, ma si tratta di rinunciare alle falsità, alle illusioni e ai mascheramenti che chiamiamo "*la nostra identità*": restare immutati equivale a regredire nel passato.

Non è possibile provocare (o evitare) determinati eventi, come non è possibile fare appello alla logica e al ragionamento: la crisi è superata con successo solo se ne usciamo mutati, trasformati, dopo aver attraversato la sofferenza. Perché cambiare significa trovare un nuovo livello di forza in noi stessi e agire in base a esso, proiettati nel futuro.

Abituati all'azione, pensiamo che l'attesa, l'accettazione, l'impossibilità di agire, siano una perdita di tempo, ci rendano impotenti. Eppure ogni trasformazione non può accadere se il processo che la produce non è giunto a compimento. Si tratta di un processo che richiede sforzo, azione, ma anche attesa, silenzio, contemplazione, per tutto il tempo necessario. Qualità femminili che, come ha detto M. Vittoria Randazzo, ci aprono all'amore, all'unità, all'inclusività, alla sintesi.

Come ci ha detto Aldo Scarpulla all'inizio dei nostri lavori, la bellezza è una nostra potente alleata: contattiamola, esponiamoci quanto più possibile al suo influsso, cerchiamo ogni occasione per crearla nella nostra vita. Le impressioni che ne riceviamo e le esperienze che facciamo sono elaborate inconsciamente, ci cambiano, ampliano la nostra coscienza, ci trasformano in agenti del futuro, capaci di costruire una Nuova Cultura e una Nuova Civiltà insieme con tutti gli altri esseri umani impegnati in questo processo.